

Eli Jaxon-Bear
GYÓGYULJ KI GYÖKERESTŐL
A SZENVEDÉSBŐL:

AZ ENNEAGRAM FELHASZNÁLÁSA A LELKI FEJLŐDÉSBEN

A mű eredeti címe:

Eli Jaxon-Bear: Healing the Heart of Suffering.

Using the Enneagram for Spiritual Growth

(c) Eli Jaxon-Bear, Maui, USA, 1993.

Fordította: (c) Vörös Ákos

Szerkesztette: Gáts Tibor

Kiadja az

EMIL COUÉ MAGYARORSZÁG

Pozitív Gondolkodásért Egyesület

E könyv anyaga kizárólag a magyar kiadó

engedélyével használható fel és sokszorosítható.

(c) Felelős kiadó: Simonfalvy Tamás

Prospektus GM Nyomda, Veszprém

Felelős vezető: Szentendrei Zoltán

TARTALOM

A fordító előszava

Előszó

Ajánlás

A mítosz

Bevezetés

ELSŐ RÉSZ - Mi az Enneagram?

Az Enneagram rövid története

Kozmikus törvények

A rendszer szimbolikus működése

Hogyan használjuk fel a karakter Enneagramját?

MÁSODIK RÉSZ - Típusok

Az alaptípusok

A düh-pontok

9-es: A Szent

8-as: A Harcos

1-es: Az Uralkodó

Az image-pontok

3-as: A Varázsló

2-es: Az Istennő

- 4-es: A Művész
- A félelem-pontok
- 6-os: A Hős/Apa
- 5-ös: A Misztikus Filozófus
- 7-es: A Mágikus Gyermek

HARMADIK RÉSZ - Konklúzió

- Mozgások
- A magasabb oktávok leckéi
- Összefoglalás

A FORDÍTÓ ELŐSZAVA

Eli Jaxon-Bear három nyáron járt Magyarországon a nyolcvanas évek végén, és Enneagram-tanfolyamokat tartott. Ezek közül kettőn sikerült részt vennem. A második után pár hónappal a sors különös kegyelméből Mauiban, a Hawaii-szigetek gyöngyszemén találtam magam, ahol Eli Jaxon-Bear is él. Itt is számos Enneagram-szemináriumán vettem részt, sőt más témájú tréningjein (NLP) is rendszeresen előkerült az Enneagram rendszere.

Immár öt éve foglalkozom az Enneagrammal, és ma is naponta új meg új felismeréseket hoz számomra önmagamról és környezetemről. Szerencsésnek tartom magam, hogy Eli-től tanulhattam, aki nemcsak remek tanár, hanem mély, szeretetteljes emberismerettel rendelkező mester is, aki szellemi útjának szentelte életét. Az ő megközelítésében az Enneagram eredeti mélységei kelnek életre. Ő az Enneagram egyik legjobb diagnosztája, éles típusfelismerő képessége ihlető volt számomra.

Mauiban és Amerikában töltött éveim alatt intenzíven kerestem azokat a szellemi értékeket, amiket magammal hozhatok Magyarországra. Az Enneagram kétségkívül az egyik legfontosabb közülük. Abban a kis körben, ahol már megismertettem, állandó szellemi pezsgést indított be. Mindennap élvezettel vesszük észre magunkon és másokon a tipikus vonásokat - ez az isteni társasjáték megkönnyíti azokat a radikális változásokat is, amiket ezek a felismerések hoznak az életünkbe.

Az Enneagram egy életre bizonyított nekem: bizonyította hatásosságát, tisztaságát, és azt, hogy segít a lényeges és lényegtelen dolgok megkülönböztetésében. Elmélyíti a terápiás munkámat, a kommunikációt, az élet megértését. Segíti a csapdáim felismerését és elkerülését. Kilences lévén, jó jelnek tartom, hogy eredendő lustaságom ellenére most keményen dolgozom, mégpedig nem lényegtelen apróságokon, hanem azon, amit a legfontosabbnak tartok az életemben. (Ez a könyv a bizonyíték...)

Terápiás munkámban óriási idő- és energiamegtakarítást jelent számámra, ha nem kell rengeteg lényegtelen részlettel foglalkozni és azokat analizálni, vagy átrendezni a felszínt, hanem rövid úton a kliensem legalapvetőbb sérüléseire és szenvedéseire bukkanunk, és a legmélyebb, lényegi szinteken tudunk velük foglalkozni. Az Enneagram, amely egyre inkább a véremmé vált, mindig segít kiigazodni abban, hogy valójában mi is történik, hol lehet a fixáció, és hogyan oldódhat fel.

Lenyûgöz az Enneagram-ábra szerkezete: nem kitalált séma, hanem igazi tudat-térkép, amin bármilyen kis részletet látunk képileg, azt szó szerint vehetjük, és mindig mély lelki igazságok állnak mögötte. Minden egyes vonala valódi összefüggéseket jelöl. A jobb oldalán konformista, a bal oldalán nonkonformista pontok vannak. Az alján egy nyílás van - a közelében levő pontok valóban átélük a belső üresség élményét. Az összekötött pontok sorrendje mély matematikai és számmisztikai törvényeket rejt. Az egymással szimmetrikusan elhelyezkedő pontok valóban sok mindenben rímelnek egymásra.

Emellett tökéletes meditációs kép az Enneagram. Szemlélése a megértések katalizálása mellett segít a középpontunkba jutni. A felfelé mutató háromszög a felemelkedés jelképe. Az egész ábrát a Teljesség Köre fogja körül, amely minden igaz ősi tanítás alapja és kerete. Valaki azt mondta, hogy a virág tisztítja a szemet. Nos, azt hiszem, az Enneagram látványa is jót tesz a szemnek. Láttam szufi szerzetesek szertartási táncát egy földre festett óriási Enneagram-ábra vonalai mentén. Gyönyörű volt.

Nagyon fontos, hogy mire és hogyan használjuk fel az Enneagramot. Nem való semmiféle manipulációra, rosszindulatú megjegyzésekre, önigazolásra. Ez a tiszta tanítás megérdemli, hogy csak a lényegünkhöz való visszatalálás segítésére használjuk fel. Kezdetben sokan ellenállnak ennek a rendszernek, főleg a saját típusuknak. A javaslatom: vedd észre, hogy nem önmagadat, hanem a hamis, felületes én-képedet védelmezed. Ennek az összeomlása abban segít, hogy igazán Önmagaddá válhassál.

A forma talán új, ismeretlen és így idegenszerű eleinte, ám a belső tartalmaknál, amikre ráirányítja a figyelmet, nincs semmi ismerősebb. Hosszabb távon pedig már sokunknak szinte második nyelvünké vált ez a látásmód, ez a megértési képlet. A kapuk mindenkinek nyitva állnak - C. G. Jung szerint a titkos tanítások addig titkosak, amíg meg nem értjük őket. Ugyancsak ő teszi hozzá, hogy a megértés szellemi érettséget követel. Az igazi tanítások mindig egyszerűek, de sohasem triviálisak. Valójában semmi sem lehet fontosabb ennél az életünkben.

Eli Jaxon-Bear könyvében minden benne van, ami mindenkinek évekig segítheti a fejlődését. Olyan kézikönyv ez, amihez újra meg újra vissza lehet térni, fel lehet frissíteni egy-egy típusról az információinkat, és mindig új részleteket is fel lehet fedezni benne.

Aki pedig személyes élményre is vágyik, azt szeretettel meghívom egy Enneagram-tanfolyamomra. A tanfolyamok legnagyobb lehetősége az, hogy mindannyian élő példaként segítjük egymásnak a típusok felismerésének gyakorlását. Az úgynevezett panelek abból állnak, hogy egy típus valamennyi jelenlevő képviselője egymás után válaszol ugyanazokra a kérdésekre. Ez óriási segítség abban, hogy megfigyelhessük a legfontosabb közös elemeket, és így igazán megértsük a karaktertípusok működését.

A könnyebb érthetőség kedvéért tanítványaim kis csoportjával összeállítottunk egy kis magyar Enneagram-példatárat. A típusmeghatározások itt csak intuíción alapszanak, semmilyen teszt vagy interjú nem támasztja alá őket, de ismert személyiségek lévén, őket találtuk a legjobb példának - és reméljük, nem tévedtünk sokat a típusuk tekintetében.

Remélem, hogy a példaanyag segít a lényegi közös vonások, stílus érzékeltetésében. Lehet, hogy személyiség-szinten sok eltérés van egy-egy csoporton belül is, de ha ráérzünk az energiák, az alkat, a stílus hasonlóságaira, az segít igazán megérteni ezt a rendszert. Ezután mindenki megpróbálkozhat vele a maga életében. Egy

idő után az utcán szembejövők, a filmek szereplői, vagy akár az étteremben a pincér is világosan mutatja meg nekünk a stílusát.

Végül pedig kívánom mindenkinek, hogy segítse ez a könyv a Hazafelé vezető útján, és legyen minden lépés szent, örömteli és tanulságos ezen az úton. Középen találkozunk.

Vörös Ákos

ELŐSZÓ

- Jabrane Mohammed Sebnat -

Mióta a század elején Georges Gurdjieff bevezette a nyugati gondolkodásba az Enneagramot, állandó vizsgálat és kutatás tárgya lett. Az eredetéről eltérnek a vélemények. Néhány kutató, köztük Ouspensky, úgy vélte, hogy a Szufi hagyományból ered; mások, például Bennett, sokkal régebbinek tartják. Bennett szerint az Enneagram szimbóluma és az általa képviselt eszmék 2500 évvel ezelőtt jelentek meg a Sarmoun szerzetesrendben. Megint mások úgy hiszik, hogy teljesen Gurdjieff dolgozta ki.

Mintegy 20 éve találtam egy cikket az Enneagramról, és megkérdeztem az egyik szufi tanítót az eredetéről. Válaszként a következő történetet mondta el nekem:

- Réges-régen volt egy nagy birodalom, amelyben egy Agram nevű császár uralkodott. Sikeresen hódított meg nagy területeket a szárazföldön és a tengereken. A kormányzói és a hadserege segítségével kiépítette a birodalma és népe irányítását. Nagy tekintélye volt és kemény kézzel kormányzott, néha erőszakkal is. Nem tűrte el a bírálatot az embereitől. Akik nem szolgálták mindenben hűségesen, az életükkel játszottak. Gazdagon és fényesen virágzott Agram királysága, minden szomszédja irigyelte.

Egy nap Agram vadászni indult a közeli tanácsadóival. Tapasztalt vadász volt, most mégis leesett a lováról, és szerencsétlenül eltörte a jobb lábát.

Hetekig ágyban kellett feküdnie, mielőtt újra teljesen talpra állhatott, és mankóval járni tudott. Nagyon boldogtalan volt, mert soha többé nem tudott úgy járni, mint azelőtt. A császár lelkének kibírhatatlan volt ez a nyomorékság, és a birodalma összes orvosát, csontkovácsát magához hívatta, hogy segítsenek rajta. Azok mindent megpróbáltak, de nem tudták meggyógyítani.

Hetekre, hónapokra elvesztette az életkedvét. Elhanyagolta a kormányzást. A kormánya aggódni kezdett, mert megingott a hatalmuk. Végül a kancellár összehívott egy udvari tanácskozást, ahol eldöntötték, hogy az udvar minden tagja, és azoknak minden embere mankóval kell, hogy járjon, hogy kifejezze együttérzését és hűségét a császár iránt. Minden kételkedőt azonnal eltávolítottak a tanácsosi körből.

A mankóval járás lassan szokássá vált, és elterjedt az udvari családok körében, aztán az egész birodalomban. Pár év múlva a császár hozott is egy rendeletet, hogy a birodalom minden alattvalója köteles mankóval járni.

Külön mankóügyi miniszter felelt a mankók gyártásáért és forgalmazásáért. Az egész birodalomban mankóipar és mankóbolthálózat jött létre, sőt mankó-tánciskolák alakultak.

Minden évben egy napon az egész birodalom ünnepelte a varázslatos mankót, azon a napon, amelyiken Agram leesett a lováról. Ha nagy ritkán valaki megtagadta a mankóval való járást, azonnal kidobta az országból a Mozgásügyi Minisztérium

rendőrsége. Minden generációt egyetemek és iskolák tanítottak gondosan a mankó helyes használatára.

Agram halála után örökösei tovább folytatták a mankóval való járás nemes hagyományát. Művészi kivitelű mankók készültek kifinomult formákban, értékes anyagokból. Egy részüket múzeumokban tárolták. A mankóval járás olyan természetes lett a birodalomban, hogy senki el se tudta volna képzelni az életet mankók nélkül.

Am egy napon, egy szegény családban, egy rendkívüli gyermek született. Kicsi korától kezdve igen érzékenynek és szabadlelkűnek bizonyult. Amikor pedig nagyobb lett, nem volt hajlandó megtanulni mankóval járni. Az sem zavarta, hogy más lesz, mint a többi gyerek. Szegény szülei

persze féltek, és aggódtak a jövője miatt, így mindent megpróbáltak, hogy rászoktassák a hagyományok szerinti járásra. De a fiú makacs volt.

Persze, mindenáron el kellett titkolni a hivatalos szervektől, hogy egy gyerek nem hajlandó mankóval járni, ami pedig a társadalom egyik alapszabálya. Ezért egy bölcstől kértek tanácsot a szülei. Az pedig azonnal felismerte a gyermeket, a rég várt legendás szabadítót, aki majd meg fogja menteni a népét Agram és utódainak ostoba elfajzottságától.

Azt javasolta a szülőknek, hogy rejtőzzenek el egy igen eldugott vidéken. Csak így tudják megmenteni a gyermekük életét. Azok nehéz szívvel, de követték a tanácsát. Átkeltek egy sivatagon, és egy majdnem teljesen lakatlan oázisba értek. A fiuk, Nemen, felnőtt, és megtanult mankók nélkül járni. Megtanította a szüleit is, meg a szomszédait, és mindenkit, aki megfordult az oázison.

Nemen gyakran látott víziókat és álmokat, amelyek segítettek, hogy még tovább fejlessze és tökéletesítse a természetes járást. A természettel, az oázissal, az állatokkal való mély kapcsolata is növelte a biztonságérzetét és bátorságát, hogy folytassa tanulmányait. Mire Nemen felnőtt ember lett, már gyakorlottan és ügyesen járt mankó nélkül. A keresők kis csoportja gyűlt össze körülötte. Mindannyian komolyan tanulni akartak, hogy megszabaduljanak a mankók terhetől.

A Mozsásügyi Minisztérium titkosszolgálatára hamarosan tudomást szerzett a bajkeverőről. Nemen és tanítványai bujdosásra kényszerültek. Szétszóródtak az egész birodalomban, és titkos iskolákat indítottak, ahol a saját két lábukon tanították járni az embereket. A rendőrség persze kutatott utánuk.

Képzeld csak el: a birodalom alattvalóinak milliói hirtelen elkezdenének mankó nélkül járni. A gyárak százait be kéne zárni. Munkások ezrei veszítenék el az állásukat. Az egész birodalomban számtalan cég csôdbe menne. Egész iparágak omlanának össze. A birodalom legnevesebb egyetemeinek mankókutató fakultásai elveszítenék az ösztöndíjukat. Az egész oktatási, vallási és társadalmi rendszer veszélybe kerülne.

A kormány érthető megfontolásokból úgy döntött, hogy megtartja ősei hagyományát. A változás csak nyugtalanságot és súlyos kérdéseket teremtene az egész társadalom számára. Ráadásul a mankókban való hit olyan erősen gyökeret vert a legtöbb emberben, hogy el sem tudták képzelni másképpen. És mégis, Nemen és tanítványai titokban tovább tanították a módszereiket, és életben tartották a reményt, hogy egy napon embertársaik szabadok lesznek a mankók terhetől.

Ennyi a történet. Az Enneagram a Nemen és tanítványai által kifejlesztett módszerek egyike. Az ön-átalakítás és változás legtisztább szimbóluma. A háromszög, a hatszög és a kör jelképein keresztül három alapvető folyamatot ír le. Az emberiség

spirituális örökségének része. Az Enneagram nem olyasmi, amit birtokolhatsz. Hiba lenne azt hinni, hogy egy bizonyos szektától vagy hagyományból ered. Az emberiség spirituális története során keresők ezrein keresztül érkezett el hozzánk. Dinamikus és állandó fejlődés a természete.

Éppen ezért Eli Jaxon-Bear közreműködése elismerésre méltó. Tapasztalatom és Szufi képzésem alapján elmondhatom, hogy E. J. B. a tanítások igaz szellemét viszi a munkájába. Egyszerű és a gyakorlatban felhasználható módon mutatja be az Enneagramot. Emberek ezreinek lehet hasznos, akikben megvan az erő és vágy, hogy szellemi lényekként fejlődjenek.

Azzal szeretném zárni, hogy egy halálos mérge is gyógyszerré válhat a tapasztalt gyógyító kezében, és egy ártalmatlan gyógyszer is méreggá válhat a tapasztalatlanéban.

Eli ráirányítja az olvasó figyelmét az Enneagram alkalmazásának veszélyeire is. Az Enneagramnak akkora ereje van, hogy ha helytelenül használják, mélyebb visszasüllyedést is okozhat az ego-fixációba. Még mélyebben elaltathat, azaz több igazolást adhat a mankóink használatára. Az Enneagrammal való visszaélés esetén még ügyesebben megtanulhatjuk használni a mankóinkat, ahelyett, hogy elhagynánk őket.

Az egoizmusunk gyakran megakadályozza, hogy meglássuk a lehetséges életformák változatosságát a bolygónkon. Elsiklunk az egész világgal való egymásra utaltságunk fölött. Nem akarjuk látni, hogy a Földre vagyunk utalva élelem-, energia-, nyersanyag- és életszükségleteinkben. Sokan közülünk megtagadják a lényünk földi oldalát. Még mindig idegenekként, ellenségekként bánunk a Földdel, - tisztelet és hála nélkül.

Gyakran a félelem a kegyetlenség oka. A földi természetünktől való félelem a természetes egyensúlyunk tönkretételéhez és önmagunk elpusztításához vezet. Csak földi természetünkön keresztül fejlődhetünk, változhatunk, alakulhatunk át és szerethetjük önmagunkat.

Ideje elhagyni azt a szintet, ahol élő lényeket sémákba osztottunk, és ideje megtanulnunk, hogy ki-ki csak az egész Földanyánk és az egész világ méreteiben találja meg a szerepét.

Mivel a lelkünk képes testet öltetni ezen a világon, a testünk is képes átszellemülni. Bizonyos, hogy ez a könyv mindannyiunkat segíteni fog a tudatunk fejlődésében a szerepünk szerint, amit betöltünk ezen a bolygón a béke és a fény helyreállításában.

Jabrane Mohammad Sebnat

Rabat, 1988. október 15.

A fordító jegyzete:

A Szufik rendje a belső tanításokat képviselte a mohamedán valláson belül. Szufi szó szerint „gyapjút” jelent, és a szerzetesi ruhára utal. A Szufik tanítása erősen eltér az iszlám külső tanításaitól, és távol-keleti eredetre utal. Érdekesség, hogy a Magyarországon ismert Gül baba is híres Szufi mester volt.

Nem egy Szufi mestert épp a saját vallásuk (külső tanításainak) hívei öltek meg, mert a szentkönyvek imádása helyett az Istennel való közvetlen, extatikus egyesülést tanították.

Az utóbbi évtizedekben a nyugati szellemi keresők körében rendkívül népszerűek a szufi tanítások és meditációk.

AJÁNLÁS

Legyen ez a könyv egy darabja a termékeny talajnak, amelyen négymilliárd mag ver gyökeret, hogy erős erdővé növekedjen.

Amikor 18 éves gólya voltam a Pittsburgh Egyetemen, egy hetet Montgomeryben töltöttem, Alabama államban, az Erőszakellenes Diák Szervezőbizottság tagjaként. James Reeb tiszteletet, egy fehérbőrű papot nem sokkal azelőtt vertek agyon Selmá-ban, és mi azért voltunk ott, hogy erőszak alkalmazása nélkül szembenézzünk a lincselésre kész, botokat és korbácsokat lóbáló tömeggel, és elérjük, hogy a fekete bőrű embereknek szavazójoga lehessen.

1968 nyarán szociális munkás voltam Chicago gettójában. Amikor a Demokratikus Kongresszus a városba ért, a rendőrökkel szemben harcoltunk az utcákon, hogy véget vessünk a vietnámi háborúnak. A meggyőződéseimet a rendőrségtől és lincselőktől kapott ütlegek tüzeiben és börtönben tettem próbára. Azáltal, hogy kész voltam az életemet adni, hogy megállítsam az értelmetlen mészárlást, értelmet találtam az életemnek. Fel sem tudom mérni, hogy mennyit fejlődtem ezeken a tetteken keresztül, és mellesleg a feketéknek valóban szavazójoga van, és Vietnámban véget ért a háború. És mégis... a szenvedés tovább él Soweto és Oakland gettóiban éppúgy, mint Földanyánk világméretű mérgezésében.

Megtanultam, hogy a társadalmi mozgalmaknak valóban elég ereje van ahhoz, hogy megváltoztassák a világot. Tapasztaltam, hogy milyen átformáló élmény kiállni az élet védelmében egy ügyért, ami felülmúlja a személyes életem fontosságát. És mégis... arra a meggyőződésre jutottam, hogy minden társadalom, filozófia, vallás, ideológia vagy társadalmi tömegmozgalom teljesen a benne résztvevő emberek tudatosságán múlik. Mindegyikünknek saját, egyedülálló értékei vannak, amit fel tudunk ajánlani a világnak. Ezek az értékek azonban legtöbbünkben a félelem, a sebeztség és a düh mély rétegei alatt alszanak elrejtve. A világnak szüksége van rá, hogy mindannyian felébredjünk, és ki-ki felfedezze, hogy valójában kik vagyunk, hogy sorra lefejtsük a rétegeket, vissza, a fényig, és meglássuk önmagunkat a Nap fényében. A legfőbb vágyam, hogy ez a könyv segítő eszköz legyen ebben a folyamatban.

Georges Gurdjieff, akit talán az egész New Age mozgalom nagyatyjának tekinthetünk, és aki elsőként tanította az Enneagramot a Nyugatnak, a makk metaforáját használta. Azt mondta, hogy mindannyian makkok vagyunk. Nézz egy tölgyfára, és figyelj meg, hány makk terem rajta évről-évre. Itt az ideje, hogy mindannyian, ki-ki egyenként, felébredjünk, gyökeret verjünk, és tölgyfává nőjünk. Földanyánk hív bennünket. Verj gyökeret! Légy tölgyfává.

Mill Valley, Kalifornia,
1987. augusztus 22.

A fordító jegyzete:

A New Age (Új Korszak) sok-sok különféle testi-lelki gyógyulást és fejlődést szolgáló, spontán létrejött irányzat gyűjtőneve, amelyek az emberiség ősi hagyományait igyekeznek feléleszteni és a mai emberek szükségleteihez alkalmazni. A nevet a 60-as évek óta elkezdődött, a következő 2000 évet asztrológiaileg meghatározó Vízöntő-korszakról kapták. Ősi jóslatok szerint ez a lelki megújulás kora lesz.

A MÍTOSZ

Hol volt, hol nem volt, volt egyszer egy iskola, ahol isteneket és istennőket neveltek. Amint egy-egy lélek életek leckéin és fejlődésén keresztül érettebbé vált, a Világmindenség különböző galaxisainak különféle iskoláiba léphetett tovább. Néhány lélek nagyon gyorsan tanult és továbbjutott, míg más lelkek egy kicsit nehezkesebbek voltak, kicsit jobban kötődtek a formához. Ezeknek a lelkeknek kisegítő iskolát állítottak fel, ahol a maguk ütemében tanulhattak, távol a világmindenség középpontjától, ahol zűrzavart kelthettek volna.

Egy parányi bolygón, millió fényévekre minden központtól, működött egy ilyen kisegítő iskola. Hogy a lelkek megtanulhassák a leckéiket, mindent nagyon egyszerűen kellett hagyni. Így aztán ennek az iskolának a számára csak kilenc lehetséges változatot adtak, amelyben a személy megtestesülhet.

Amikor egy lélek készült testet öltetni, az istenek körének közepén állt, és elnézett mind a kilenc irányba. Minden múltbeli gondolata, érzése és cselekedete óriási szökőárként pörgette a lelket körbe-körbe. Amint egymás után a kilenc irány mindegyike felé fordult, a lélek a múltbeli cselekedetei és azok visszahatásai szerint mindegyik szerepből felvett magába valamit.

Előbb-utóbb a körben forogva transzba esett a lélek és elaludt, arccal abba az irányba, amelyikben testet fog öltetni. A szerepét erre az egész életére választotta. A kilenc lehetséges szerep ezen a bolygón a következő volt: a Kormányzó, az Isteni Anya, a Varázsló, a Művész, a Misztikus Filozófus, a Hős-Apa, a Mágikus Gyermeke, a Harcos és a Szent.

Amint a lélek belebújt az általa választott szerepbe, a régi cselekedetek hulláma olyan erősen megpörgette, hogy még a választott szerepét is elfelejtette, még mélyebb álomba zuhant, és álmodni kezdett.

Amikor a világra született, még mindig a pörgés lendületétől sodródott. Azt álmodta, hogy ébren van, és ezzel a tévedéssel megváltoztatta a szerepe tulajdonságait. A Kormányzó szerepe például a kormányzó neurotikus változatává, a tökéletesség dühös rögeszméjévé változott. Anya-Istennő helyett a lélek a neurotikus segítővé vált, aki azért ad, mert rászorul, hogy kapjon. A Varázsló a neurotikus varázslóvá lett, avagy a reklámügynökké, aki a társadalom szerepelvárásainak adja el magát. A kilenc pont mindegyikében önmaga alvajáró változatába fordult a szerep.

Évezredek teltek el, és lassan mindenki borzasztóan unni kezdte ezt a játékot. A világmindenség többi része annyival előbbre járt a fejlődésben, hogy majdnem elfeledkezett az elmaradott lelkek kis iskolájáról. De aztán a lelkek, amelyek oly mélyen bele voltak veszve a játékukba, egyre nagyobb gyakorisággal kezdték felrobbantani magukat. Olyan fegyvereket fejlesztettek ki, amik képesek feltépni a kozmikus mezőt, és diszharmóniát teremteni a világűr egy jókora területén, ezért mindenki megértette, hogy

tenni kell valamit. Így aztán odaadták ezeknek a lényeknek a saját használati utasításukat. Megkapták a szerepeik leírását. A választási lehetőségük még mindig nyitva áll, hogy tönkreteszik-e a bölcsőjüket, amelynek Földanya a neve, vagy kitakarítják a szemetüket, amihez viszont most külön segítséget kaptak.

Mit gondolsz, mit csináltak? - Így vagy úgy, mindannyian meg fogjuk tudni.

BEVEZETÉS

„Amikor egy zsebtolvaj találkozik a Buddhával, csak a zsebeit látja.”
(Zen szólás)

A magunk különféle módjain mindannyian zsebtolvajok vagyunk. Mindannyiunknak megvan a maga módja, hogy ne a Buddhát lássuk, csak a zsebeit. Ezért nem látjuk meg a Buddhát minden emberben, akivel találkozunk, sőt még a saját megvilágosodott részünket sem ismerjük fel. Ez a szenvedés gyökere. (Buddha „felébredettet” jelent. Ugyanúgy mondhatnánk Krisztust, vagy Istennőt, vagy bármilyen szót, ami neked kielégítő a megvilágosodott tudatosság kifejezésére.)

Mélyen magunkban tudjuk, hogy el vagyunk vágva a teljességtől. Tudjuk, hogy el vagyunk választva attól a potenciális születési jogunktól, hogy megvilágosodott teremtdői legyünk a tökéletes világunknak. Még ha nem is tudatosan tudjuk ezt az igazságot, minden, amit teszünk, a veszteségünk érzését tükrözi. Az isteni lét elvesztésének rejtett és fel nem ismert érzései félelmet, fájdalmat és dühöt okoznak. Ezek a negatív érzelmek válnak a karakterfixációnk gyökerévé.

Ha ránézünk valakire, mindjárt a zsebeit látjuk, bármit is jelent ez a mi esetünkben. Talán az öltözködése, vagy a hangja. Mesét mondunk magunknak arról, hogy ki is ő a társadalmi hierarchiában, vagy az életünk „szappanoperájában”, melodráájában. Talán a „hülye taxisofőr” szerepét osztjuk rá, aki elénk vág az úton, vagy a „fefejű apát”, aki egyszerűen képtelen megérteni bennünket. Ezek mind arra vezetnek, hogy ne lássuk a Buddhát se magunkban, se másokban.

Úgy is mondhatnánk, hogy mindannyian transzban élünk. Amíg fel nem ismerjük, hogy alvajárók vagyunk egy robot-szerű transzban, addig kevés esélyünk van arra, hogy felébredjünk. Talán zavaró ez a gondolat, és szeretnéd elhessegetni. De ez sem nagyobb misztérium, mint az életünk többi ellentmondása.

* * *

A transz rétegeit lefejtani ahhoz hasonló folyamat, mintha egy hagymát hámoznánk. Minden ködszerűen áttetsző, majd csaknem átlátszó réteg eltávolításával egy újabb réteg tűnik fel. Talán könnyezel is egy kicsit, amint lefejtetted a burkokat. A belső rétegek egyre gyengédebbek lesznek, egyre lédúsabbak, könnyebbek, fényesebbek. Amikor a középponthoz érsz, ott nincs semmi. Ez maga a sugárzó lehetőség, amit a buddhisták „a meg nem születettnek” neveznek; ez csak „az, Ami”; a tér és idő, energia és anyag megjelenése előtt. Ez a kiindulási pontunk. Ez az a hely, ahol mindig is a megvilágosodott, éber tudat, a teremtdő vagyunk. A hozzá visszavezető utunk az egó rétegeinek a lefejtése.

Tudjuk, legalábbis intellektuálisan, hogy egy elektron a nézőpontunk szerint lehet akár részecske, akár hullám. Miért ne tekinthetnénk hát elméletben saját magunkat is állóhullámok formációjának, éppúgy, mint különálló lényeknek?

Tudjuk, hogy a világunkban mindent az épít fel, amit mi metaforikusan atomoknak nevezünk. Tudjuk, hogy az atomok állandó mozgásban vannak, hiszen a részecskéik keringenek, sőt fel-feltűnnek, eltűnnek és újra megjelennek. Miért nem látjuk ezt, ha egy székre nézünk? A szemünk elhiteti velünk, hogy a szék szilárd. Sőt, még rá is ülhetünk. Érezhetjük a felületét és a párna süppedős anyagát. Ha pedig fejbe vágnak vele, az biológiailag meg is ölhet bennünket.

Mi ez az egész? Mit érzünk? Min ülünk? Kik vagyunk? Mi ez a táncoló, villódzó, villogó és rezgő elektromágneses mező, amit székeknek nevezünk?

* * *

A gondolataink, érzéseink és cselekedeteink, bár sokkal homályosabbak, mint egy bútor, a maguk módján éppoly szilárdnak és valódinak tűnnek. Hajlamosak vagyunk azt hinni, hogy a gondolataink, érzéseink és tetteink vagyunk. Bizonyos helyzeteket foglalunk el a világban, gondolkodási és érzelmi szokásaink vannak, és elgondolásaink arról, hogy miért vannak így a dolgok, ahogy vannak. A kapcsolatainkban is mindig ugyanúgy sérülünk meg. Szokásszerű alapállásokból közelítjük meg az életet, és azt hisszük, hogy ez vagyunk mi.

Szerencsére magunkon könnyebb keresztüllátni, mint egy széken. De mielőtt felfedezhetnénk, hogy kik vagyunk, előbb azt kell észrevennünk, hogy kik nem vagyunk. Mielőtt felébrednénk, észre kell vennünk, hogy alszunk.

* * *

Amikor kicsi voltam, néha az ágyban feküdtem, és azt álmodtam, hogy kimegyek a vécére, aztán az ágyba vizeltem. Azt álmodtam, hogy ébren vagyok. Azt hiszem, hogy az életben is gyakran ezt csináljuk: azt hisszük, hogy ébren vagyunk, miközben a nedves ágyban fekszünk, és valaki mást hibáztatunk érte.

* * *

Félünk kimenni a sötétbe, hogy megtaláljuk a vécét. Meg vagyunk sértődve, hogy valaki más nem tette meg helyettünk. Dühösek vagyunk, és valaki mást hibáztatunk. Áldozatnak hisszük magunkat.

A transzunkban azt hisszük, hogy mindenki ébren van, ezért láthatunk bűnösnek másokat, és ezért tekintjük személyes sértésnek a világot.

A karakterünk akkor alakul ki, amikor kb. 3-5 évesek vagyunk. Szinte senki nem nô fel ebből a következô szintre. Ez a szenvedésünk egyik fő oka. Az Enneagram segítséget ad ahhoz, hogy felnôjünk.

* * *

A transz egyik alkotóeleme, ami álomban tart bennünket, az az érzéksalódás, hogy mi vagyunk a világ középe. Ki-kí a maga drámájának a főhőse, az a középpont, ami körül a világ forog. Mindannyian a túlélésünkben érezzük magunkat fenyegetve, mert el vagyunk tévedve a különállás tévhitében; ez okozza az ősfélelmet és a szenvedést. Ez a szenvedés gyökere.

A félelem, a bűntudat és mások hibáztatása tart minket az álomban, a transzban.

Amikor elkezdjük felismerni, hogy milyen mélyen alszunk, akkor elkezdhetjük a felébredés folyamatát. Ha nem ébredünk fel, akkor kétségkívül az önpusztítás útján vagyunk.

* * *

A történelem feszültségei egyre fokozódva egy fordulóponthoz közelednek. Izgalmas felfedezés, hogy a nagy változások válságpontokon történnek. Amikor szembenéztem a halálommal, amikor a legközelebb voltam hozzá, akkor éltem át a legnagyobb átalakulásaimat. A világ egyre közelebb és közelebb megy a saját halálához, és ez mindannyiunkat arra a lehetőségre ösztönöz, hogy felébredjünk, és felismerjük, hogy kik vagyunk valójában, és hogy megvilágosodott lényekként elfoglaljuk a helyünket az isteni értelem világában.

* * *

A tibeti tantrikus buddhizmusban Padma Sambhavától ered a legnagyobb felismerés. Ő azt mondta, hogy a Nirvána (a menny) és a Szamszára (a pokol transza, amit mi valóságnak nevezünk) valójában ugyanaz! Azt mondta, hogy a menny és a pokol ugyanaz, mindkettőt az elme teremtette. A következő lapokon azt fogjuk felfedezni, hogy hogyan hozzuk létre a szenvedésünket, a poklunkat, és hogy mi a kiszabadulásunk útja.

ELSŐ RÉSZ

AZ ENNEAGRAM-PONTOK SZENVEDÉLYEI

Mi a Karakterfixációk Enneagramja?

Az enneagram szó görög eredetű, és „kilencszögűt” jelent. A Karakterfixációk Enneagramja a karaktertípusok meghatározásának módszere. E rendszer szerint kilenc különféle karaktertípus van. A kilenc típus három nagy osztályba tartozik. A három átfogó osztály azt jelenti, hogy minden karakterfixáció a világ felé felvett három alapállásra épül fel. Ezt a három alapfixációt a düh, a félelem és a hisztéria (vagy image, külső kép) vezérli.

A düh, félelem és hisztéria mindhárom alaposztályában három-három különböző változat van. Három düh-pont, három félelem-pont és három hisztéria (image)-pont alkotja a kilenc alaptípust.

Ez a rendszer nem kapcsolódik az asztrológiához, numerológiához, vagy más osztályozó rendszerekhez. Ugyanakkor viszont igaz, hogy ha megtanulod ezt a rendszert, akkor a legkülönbözőbb más típusok is érthetőbbé válnak, például az asztrológia, vagy a freudi pszichológia.

Sok sikeres könyvet írtak már, amelyek e karaktertípusok közül egyet vagy néhányat írnak le. Freud elsősorban image-pontokhoz tartozó nők lelki jelenségeinek megfigyeléséből fejlesztette ki az elméleteit. A nők, akik túlságosan szeretnek c. könyv, vagy az alkoholista szülők gyermekeinek népszerű kérdésköre, mind egy-egy meghatározott típusba tartozó emberek csoportjával foglalkoznak, akiket megtalálhatunk az Enneagram rendszerének valamelyik pontjában.

Ha megtanulod ezt a rendszert, nagyobb rálátást fog adni az összes többi személyiség-osztályozó rendszerre, és több értelmet találsz majd azokban is. Úgy fogod

találni, hogy a Karakterfixációk Enneagramja a legteljesebb, minden mást magába foglaló rendszer önmagad megértésére és a személyiségnél mélyebben zajló folyamatok felfedezésére.

Amikor először tanultam ezt a rendszert, a személyiség Enneagramjának hívták. Valójában azonban a személyiség felszíni jelenség, ami a karakter felszínén jelenik meg. Valaki, aki alapvetően mogorva, megtanulhat kellemesebbnek mutatkozni. Aki szégyenlős és félénk, megtanulhat társaságibb módon viselkedni. Ezért aztán ugyanazon karaktertípusba tartozó embereket nagyon különböző személyiségekkel láthatunk megjelenni. Gondoljunk csak Chögyam Tungpa Rimpoché-re, a megvilágosodott tibeti buddhistára, aki az Oxfordon is folytatta tanulmányait, és Joszip Sztálinra. Mindkettőjüknek ugyanaz volt a karakterfixációja, de nagyon eltérő személyiségekben nyilvánult meg.

A karakterfixáció az alapközet, amire a személyiség épül. A karakterfixáció nem változik egy életünk alatt. Lehetsz megvilágosodott, és akkor a karaktered megnyilvánulása egész más lehet, mint addig, amíg alszol, de maga a típus nem változik.

Hipnózissal óriási változásokat lehet elérni valakinek a személyiségében, a viselkedési sémák megváltoztatásával. De még ez sem változtatja meg valakinek a karakterét, melynek az alapján az egész személyisége felépül.

Ez a rendszer sokkal mélyebb és jelentősebb, mint a pusztán személyiség-megnyilvánulások. E rendszer a karakter mély és megszilárdult rétegét írja le, ami közvetlenül a lelkünk lényegének kifejeződéséhez kapcsolódik. Ha csak a személyiséget írja le, akkor az egész csak felszíni, behatárolt módon lenne használható.

Valójában azonban a Karakterfixációk Enneagramja részletes térképet ad a karakterünkről, specifikus ösvényeket mutat a megvilágosodás felé, és az egyes karaktertípusok korlátain való túljutásra. Ezzel értékes eszközt nyújt arra, hogy dolgozzunk önmagunkon.

LÉNYÜNK RÉTEGEI *(ábra)*

AZ ENNEAGRAM RÖVID TÖRTÉNETE

Először P.D. Ouspensky A Csoda keresésében¹ c. könyvéből ismertem meg az Enneagramot. Ouspensky orosz matematikus, aki Georges Ivanovitch Gurdjieff tanítványa volt. Gurdjieff a megvilágosodás elérésére szolgáló tanításai kulcsának nevezte az Enneagramot, és állandóan használta a tanítványjaival. Gurdjieff volt az első, aki megismertette Nyugaton az Enneagramot, ami szerinte Közép-Ázsia egy misztikus iskolájának szóbeli tanításaiból ered.

Az Enneagram eredetét az idő és titokzatosság homálya fedi. Néhányan a Naqshbandi Szufi szerzetesrendnek tulajdonítják. Gurdjieff egy másik tanítványa, J.G. Bennett pszichológus, az ősi Mezopotámiába, a Sarman vagy Sarmoun szerzetesrendhez vezeti vissza az Enneagramot, akik Babilonból kb. 1000 éve vándoroltak egy Bokhara környéki területre, a mai Üzbekisztánba.²

Claudio Naranjo chilei pszichiáter, a jelen változat egyik ősforrása, azt állítja, hogy felkutatta a szerzetesek kolostorának pontos helyét is. Ő úgy tudja, hogy az Enneagramot akkor olvastotta magába a Szufi rend, amikor az Iszlám elfoglalta Közép-Ázsiát. Ennek az eredetnek érdekes kifejtését találhatjuk Don Riso Személyiségtypusok3 című könyvében.

Bármik legyenek is a régmúltbeli forrásai, az Enneagram mai újrászületése Oscar Ichazo munkájának köszönhető. Ichazo elmondja, hogy Szufi tanítóktól tanulta a rendszert a Pamir-hegységben, Afganisztánban. Ichazo jegyezte fel - és talán tovább is fejlesztette - a jelen könyvben található kategóriák jó részét.

Ichazo Enneagram-munkamódszerét Charles Tart írja le Transzperszonális Pszichológia4 című művében. Claudio Naranjo volt Ichazo egyik legelső tanítványa, amikor Ichazo megalapította az Arica Intézetet Chilében. Naranjo megtanulta a rendszert Ichazótól, ő pedig egy csoport jezsuitának tanította az Esalen Intézetben az 1970-es évek elején, és egy Gurdjieff-et tanulmányozó csoportot is tanított rá Berkeley-ben. Naranjo továbbfejlesztette Ichazo munkáját, és elkezdte összehangolni ezt a rendszert a modern pszichológiai elmélettel. Charles Tart, Kathleen Riordan Speeth, Helen Palmer és mások átvették az Enneagramot, és használhatóbbá tették a mindennapi élet számára. Én Jerry Perkins-től tanultam meg a rendszert, aki ehhez a lánchoz tartozik. Claudio Naranjótól és Kathleen Speeth-től is tanultam.

Mint terapeuták kiképzője, azért tanítom az Enneagramot a tanítványaimnak, hogy a segítségével gyorsan felfedezhessék bárki életének a meghatározó alaplíneit. Hogy ez sikeres legyen, a kategóriáknak egyszerűnek és nyilvánvalónak kell lenniük. Talán ezért járulok hozzá ezzel a könyvvel az Enneagram irodalmához, hogy sok ember számára érthetővé és könnyen megtanulhatóvá tegyem az Enneagram rendszerét. A fordító jegyzete:

Az Esalen Intézet Big Sur-ben, Kaliforniában a transzperszonális pszichológia, az új és az ősi szellemi mozgalmak legfontosabb műhelye és középpontja. A legtöbb mai terápiás irányzat innen indult ki, vagy legalábbis jelen van az Intézet programjában.

KOZMIKUS TÖRVÉNYEK

Ez a fejezet nem szükséges a karaktertypusok megértéséhez, ezért nyugodtan átugorhatják, akiket nem érdekel az Enneagram működési mechanizmusa. Az Enneagram kilencágú csillag, amelynek a szerkezete két kozmikus törvényen alapszik: a Három törvényén és a Hét törvényén. Gurdjieff ugyanezt a Hármasszent Törvényének és az oktavok szabályának nevezte.

A Hármasszent Törvénye a Szent Állítás, a Szent Tagadás és a Szent Összebékülés. A Hármasszent törvényét minden nagy filozófiai és vallási rendszerben megtalálhatod. A buddhisták a három gyökérnek nevezik. A kínai taoisták Jang-nak, Jinnek és Tai-Chi-nak hívják. A hindu szemléletben ennek a Radzsasz, Tamasz és Szattva felel meg. A hindu Trimurti (Három arc) istenségei: Brahma, a teremtető; Visnu, a fenntartó, és Siva, a pusztító újrateremtető. A keresztény egyház Szentháromsága az Atyának, Fiúnak és Szentléleknek nevezi.

Az atom a tudományos világ mitológiájához tartozik, amiben ugyanúgy megvan a hármasság törvénye. A tudomány szent állítása az atomban a proton, a szent tagadás az elektron, és a szent összebékülés az elektron.

A hármasság törvénye benne van Hegel és tanítványa, Marx dialektikájában is, ahol tézisnek, antitézisnek és szintézisnek nevezik. Minden állítás minden pillanatban létrehozza a saját ellentétét, a másik végletet, az antitézist. Az ellentétek dinamikus feszültségének új egységbe való átalakulását nevezik szintézisnek.

Az Enneagramban a Hármasság szent törvénye össze van kapcsolva a hetes törvényével - az oktávokkal. Ezt Ouspensky írja le a legjobban A Csoda keresése című, említett könyvében.

Gurdjieff azt is megjegyzi, hogy ha egy hangot, amely 1000-es rezgésszámmal szól, felemelsz 2000-esre, akkor most kétszer olyan gyorsan rezeg. Ez a növekedés azonban nem egyenletesen történik. Vannak olyan helyek, ahol a rezgés elkezd lelassulni. Nem folyamatos az áramlás. Bizonyos pontokon a növekedés során energiát kezd veszíteni az eredeti impulzus, és külső lökés kell hozzá, hogy tovább haladjon. Egy oktáv bizonyos pontjain az eredeti rezgés elkezd lelassulni, és külső lökésre van szüksége. Ezeket a pontokat jelzik a zongora hiányzó fekete billentyűi (A 3. és 7. fehér billentyű után!).

Az Enneagram a hármas és a hetes törvényének, a lökéspontoknak és az oktávnak az integrációja. A belső háromszög, melyen a Hármas, Hatos és Kilences pont van, a Hármasság törvényét képviseli. Az oktáv a Kilencessel kezdődik, és körbehalad a körön, míg visszatér a Kilenceshez, de most már egy magasabb szinten. Ez a szimbolikus matematikai rendszer sokezer éves.

Ahhoz azonban nem kell megértenünk az Enneagram mechanizmusát vagy törvényeit, hogy pszichológiai vagy lélekfejlesztő célokra felhasználhassuk. Sok könyv tárgyalja az Enneagram alkalmazását a legkülönbözőbb szempontokból. A kozmikus perspektíváját Rodney Collins fejti ki a legbehatóbban Az égi befolyás elmélete című munkájában.

A RENDSZER SZIMBOLIKUS MŰKÖDÉSE

„A szimbólum a lélek módszere az energia átalakítására.”

(Carl Gustav Jung)

Tükrök számos rétegében látja magát visszaverődni a lélek, amint önmaga megismerésére indul. A Varázskerek, gyógyító körök és mandalák minden kultúrában egy kozmikus térkép szimbólumai, amelynek tükrében az ember megláthatja önmagát az isteni öntudathoz hazavezető útján.

* * *

A Karakter Enneagramja a tudat fejlődésének bizonyos fázisában jól használható tükör. A személyiség és a karakterfixáció egostruktúráinak meglátását és feloldását segíti elő.

* * *

Freud Erosz-fogalmát felfoghatjuk úgy is, mint a taoista csi vagy a hindu (szanszkrit) prána alapelvét. Ez az életerő, amely éltet és mozgat bennünket, elzáródhat, elterelődhet, szétszóródhat, vagy elapadhat. Felgyűlhet bizonyos részekben, és túl kevés lehet másutt. Amint az akupunktúra a csi harmonikus keringésének helyreállítása és fenntartása által a testünkön át hat a lényünkre, az Enneagram a szimbolikus gondolatok szintjén lép be, hogy hasonló hatást váltson ki.

Az Enneagram célja az, hogy fellazítsa a tudatos részünk kötődéseit a tudatalatti struktúráinkhoz, és így elegendő energiát szabadítson fel ahhoz, hogy az egész lényünk szerveződésében egy ugrás következhesen be, és ezáltal az igazi Énünkkel tudjuk azonosítani magunkat.

* * *

Az Enneagramban megvan a lehetőség, hogy az egóstruktúrák csapdájába esett tudat gyógyszere legyen. Amikor a tudatos énünk elhatárolja magát a lényegi, valódi Énünktől, ez az anyagi, érzelmi és gondolati testünkön keresztül fejeződik ki. Valamennyien olyan képeket alakítottunk ki magunknak önmagunkról és a világról, amelyek egyensúlyzavart idéznek elő az anyagi, érzelmi és gondolati testünk között. Gurdjieff úgy írja le ezt az egyensúlyvesztést, mint „energia-ömlést” a három test egyikébe.

Mindhárom testünknek megvan a maga tudata. Az Enneagram vázlatot vagy tervrajzot ad az emberiségnek a három testben elakadt tudat megértésére és kigyógyítására. Mindegyikünknek van egy olyan szokása, hogy a három testünk egyikébe ömlesztjük az energiát, és ezzel próbáljuk a másik két test munkáját is elvégezni. Mint ahogy a jobbkezesek a jobb kezükbe küldik a legtöbb energiát a bal kezük rovasára, ugyanezt csináljuk a három test valamelyikével.

A fordító jegyzete:

Mivel a gondolkodásunkban vagy az érzelmeinkben az egész testünk részt vesz, pl. nemcsak a fejünkkel gondolkodunk, hanem az egész idegrendszerünkkel, a keleti szemlélet gondolat- és érzelmi testről is beszél. Ezek a teljes lényünk különféle szintű rétegei az anyagtestünk mellett (pontosabban benne, ill. körülötte). Ez a működés szerinti felosztás a legtöbb keleti rendszerben megvan, különösen a buddhizmus tart számot igen sokféle rétegünkről.

HOGYAN HASZNÁLJUK FEL A KARAKTERFIXÁCIÓK ENNEAGRAMJÁT?

Van egy népszerű Szufi történet Mullah Naser Id'n-ről, aki egyszer elvesztette a háza kulcsát. Egy utcai lámpa alatt keresgélte késő éjszaka, négykézláb, minden tényérnyi területet tűvé téve utána.

Egy barátja arra járt, és megkérdezte:

- Mit csinálsz?
- Elvesztettem a kulcsomat - felelte a mullah.
- Igazán? - kérdezte a barátja. - és itt ejtetted le, a lámpa alatt?
- Nem - felelte a mullah -, valahol ott a sötétben vesztettem el, a bokrok között, de itt sokkal jobban látok keresni!

* * *

Gurdjieff azt mondta, hogy mindegyikünknek van egy legfőbb jellemvonása, és mindenkinek ezt a legnehezebb észrevennie önmagában. Ahelyett, hogy a fő jellemzőnkre néznénk, szívesebben keresgélünk az utcalámpa alatt.

Az Enneagram tükröt mutat nekünk. Lehetőséget ad arra, hogy meglássuk az egónk gépies voltát, amivel úgy azonosultunk, mintha ez volna az énünk. Gyakran fájdalmas folyamat ráébredni, hogy amit a különleges, egyedülálló egyéniségünknek hittünk, valójában egy viselkedésminta, ami olyan kiszámítható, mint egy számítógépprogram.

* * *

Az Enneagram annyira erős eszköz, hogy ha helytelenül használod, akkor az egófixációba, egy tudatosság nélküli állapotba való mélyebb visszasüllyedést eredményezhet. Biztosan ismersz embereket, akik csak amolyan hétvégi alkoholisták voltak, míg egy napon ki nem sütötték, hogy „Én alkoholista vagyok!”, és ezzel a címkével igazolták maguknak, hogy főállású alkoholistává váljanak. Hasonlóképpen az Enneagram mintáinak megtanulását is fel lehet használni arra, hogy igazoljuk magunknak a még mélyebb elalvásunkat. Ha megerősítjük a felismert mintáinkat, és az új címkéinkkel igazoljuk magunkat, ezáltal csak megragadunk az életünk melodráájában.

Az egyik módja annak, ahogy felhasználhatjuk ezt a rendszert, az, hogy elkezdjük felismerni a mintáinkat önmagunkban és a kapcsolatainkban. Ha felfedezzük, hogy mindegyikünk egy kicsit másképp működik, és másképp tudja elvégezni ugyanazt a feladatot, sok mindent könnyebben megbocsáthatunk. Elkezdhetünk megbocsátani magunknak, a partnereinknek, a szüleinknek és gyerekeinknek. Abbahagyhatjuk azt a követelésünket, hogy a körülöttünk levő emberek mások legyenek, mint amilyenek. Nem követelünk többé almákat egy körtefától.

Ha abbahagyjuk az egó gépszerű mintáival való azonosulásunkat, akkor nem vesszük többé személyes sértésnek az életünk eseményeit. A bűntudat, mások hibáztatása, vagy a félelem elavulttá válik, ha felismerjük, mennyire gépies a nagy része annak, amit mi életnek nevezünk.

* * *

A mintáink felismerésének folyamatában valami igen fontos történik. Elkezdjük összehangolni a tudatos részünket a tudattalanunkkal és az abszolút tudatunkkal. A tudatos énünk talán nem is volt tudatában a tudattalan vagy az abszolút tudat létezésének. Ha megtanuljuk ezt a rendszert és megfigyeljük önmagunkat, a tudattalan létezésének ténye

igen hamar nyilvánvalóvá válik. Ugyanakkor megjelenik az abszolút tudatunk megismerésének lehetősége is.

A tudatos részed nem tehet mást, mint hogy észrevedye, hogy az életed másból is áll, mint amit a szemed látni képes. Elkezdheted észrevenni a viselkedésed mintáit, amelyek azelőtt láthatatlanul működtek. Ha visszaköveted ezeket a mintákat az eredetükig, ezzel egy gyönyörű folyamat kezdődik el, amely során békét teremthetsz önmagadban olyan szinteken, amikről azt sem tudtad, hogy léteznek. De még ha tudtad is, hogy létezik ilyen szint, akkor is le fog nyûgözni az idők során berajzolódott szerkezetek kifinomultsága, miközben finoman kibontod a gubancokat, amik visszafogták a lényed teljes kifejeződését.

Azt javaslom, hogy elejétől végéig olvasd el ezt a könyvet. Amint egymás után elolvasod az összes fixációt, vedd egybe őket önmagaddal, ismerőseiddel, vagy híres

emberekkel. Ne aggódj azon, hogy eltalálsz-e, de ne is ragaszkodj túlságosan az első benyomásaidhoz vagy tippjeidhez.

Fontos megértenünk azt is, hogy különböző időpontokban mindannyian felvesszük az összes különféle mintát. Ennek ellenére azonban egy pont az, amelyben ki-ki rögzülve van, ahol otthon érzi magát, és talán épp ezt a legnehezebb meglátni.

Bizonyos típusok tagjai azonnal felismerik magukat, amikor elolvassák a róluk szóló szakaszt. Mások tovább haboznak és ingadoznak. Igazából a kétely is hozzátartozik egyes karakterek jellemzőihez. Megint mások valamennyi típusban önmagukra ismernek. Általában többször is el kell olvasnod a leírásokat, amíg megtalálsz a magadét. Legjobb, ha könnyedén játszol a kereséssel, és az sem árt, ha több különböző mintát is felismersz önmagadban és a környezetekben.

Ne tekintsd a karaktereket kluboknak. Sose használd vitákban arra, hogy másokat elintézzél ennyivel: „Á, ez csak a fixáció!” Ha ezt ítélkező hangon mondd - és az illető visszajelzéséből ezt mindig megtudhatod -, akkor ez csak azt jelenti, hogy te is bele vagy vesztve a saját fixációdba, és nem vagy olyan állapotban, hogy rámutathass mások hiányosságaira.

* * *

Fontos tudni, hogy a fixáció nem változik. Az összes fixációkból veszünk át stratégiákat, és stresszben vagy ellazult, nyílt szívű hangulatunkban átköltözünk egy-egy más, meghatározott pontba, de az alapkarakterünk egy életre a miénk. Az a dolgunk, hogy a típusunkon belül világosodjunk meg.

* * *

Az Enneagram olyan látásmód, amivel hallatlanul pontosan leírhatjuk és megérthetjük magunkat és kapcsolatainkat, az elsajátítása azonnal javunkra válik, és magában hordozza a megvilágosodás lehetőségét.

Ahhoz, hogy az Enneagramot valóban a felébredés eszközeként használjuk, hajlandónak kell lennünk könyörtelenül őszintének lenni önmagunkkal. Fel kell készülnünk arra, hogy minden pillanatban tisztán lássuk magunkat, és tudatosan megkülönböztessük önmagunkat a robotszerű mintáinktól, amiket eddig önmagunknak neveztünk. Ezáltal önmagunk tanítóivá és vezetőivé válunk. Az Enneagram útja végigvezet a lényünk legdurvább szintjeitől a legfinomabbakig.

MÁSODIK RÉSZ AZ ALAPTÍPUSOK

A Zen szerint amikor teljesen felébredsz és meglátod a világot olyannak, amilyen, akkor lehet, hogy fehér fényt láatsz. Egy másik szinten viszont még az is eltűnik. Sok különböző szintje van a felébredésnek.

Mihelyt azonban visszatérsz ebbe a viszonylagos valóságba, megint a fixációban találsz magad. A világod térképén vagy. Ez a térkép pedig kitalált, mesterséges. Kilenc nézőpont közül csupán egyet tükröz, abban kristályosodott ki.

A kilenc nézőpont három fő osztályba sorolható: a rögeszmés-kényszeresek, avagy düh-pontok, a hisztérikusak vagy image-pontok, és a paranoidok vagy félelem-pontok.

A Nyolcas, Kilences és Egyes a düh-pontok (rögeszmés-kényszeresek). A Kettes, Hármas és Négyes az image-pontok (hisztérikusak). Az Ötös, Hatos és Hetes a félelem-pontok (paranoidok).

* * *

Megközelíthetjük ezt azon keresztül is, hogy mindegyikünknek három teste van. Mindenkinnek van anyagi teste, érzelmi teste és gondolatteste. A karakterünk kikristályosodásának pillanatában kialakul a hajlamunk arra, hogy melyiket használjuk túlságosan.

A rögeszmés-kényszereseknél, a düh-pontoknál az anyagi testben van a rögződés. A hisztérikusoknál vagy image-pontoknál az érzelmi testben van a rögződés, a paranoid vagy félelem-pontoknál pedig a gondolat-testben.

Ettől azért mindegyikünknek van anyagi, érzelmi és gondolat-teste is, mint ahogy az összes fixáció mintái is megvannak bennünk. Csak arról van szó, hogy az egyik ezek közül a legfontosabb jellemvonásunk, egy olyan hely, ahova elsáncoltuk magunkat, és innen reagálunk a világra.

A tudatunk gyakran elkalandozik a karakterünk változatos térképén, hegyein-völgyein. Ha azonban egy olyan helyzetbe kerülünk, amelyben megvan a megfelelő kiváltó inger, akkor mindjárt a saját fixációból reagálunk. Azonnal visszatérünk arra a pontra, ahol otthon érezzük magunkat. A karakterünk mellett mindig kitartunk.

* * *

Lehet például, hogy egy düh-pontba tartozó ember a sztrádán vezet, elmerülve szeretetteljes érzéseiben, vagy éppen egy verset fogalmazva gondolatban. Ha azonban ekkor valaki elévág a sávjában, akkor az illető teste azonnal dühkitöréssel válaszol. Ez a fixáció. Az aztán, hogy mit kezd ezzel a dühvel, az adott ember személyes fejlettségén és személyiségén múlik.

Karen Horney felosztása szerint három alapmozgást, viszonyulást veszünk fel másokkal szemben: mozoghatunk ellenük, feléjük, vagy tőlük el. A düh-pontok (rögeszmés-kényszeresek), akiknek az anyagi testben van a fixációjuk, mások ellen mozognak. Az image-pontok (hisztérikusok), akiknek az érzelmi testükben van a rögzülés, mások felé mozdulnak. A félelem-pontoknak pedig (paranoidok), akik a gondolat-testükben rögzültek, a másoktól elfelé való mozgás a jellemzőjük.

* * *

A továbbiakban egyenként részletesen meg fogjuk vizsgálni ezeket a fixációkat. A düh-pontokkal kezdjük, utána az image-típusok következnek, és végül a félelem-pontok.

A Kilences, Hármas és Hatos, melyek az Enneagram belső háromszögén helyezkednek el, a gyökér-pontjai mindhárom fő fixációnak. A Kilences a düh-pontok gyökere, a Hármas az image-pontoké, a Hatos pedig a félelem-pontoké.

A gyökér-pontoknak két-két változata van: a külső és a belső. A Kilences düh-gyökérpont külső változata a Nyolcas, a belső változata pedig az Egyes.

A Hármas a hisztéria-gyökérpont, amelynek a külső változata a Kettes, a belső a Négyes.

A Hatos a félelem-gyökérpont, a külső változata a Hetes, a belső az Ötös.

A karaktertípusok Enneagramja

A DÜH-PONTOK

A düh-pontok központi kérdése a konfliktus a között, hogy önmaguk akarnak lenni, és hogy úgy érzik, mások kontrollálják őket. Ez a konfliktus a lázadás, kontroll és engedelmesség problematikája körül jelenik meg.

Az Egyes engedelmes, és ezért mérges. A Nyolcas lázad, és ezért fél. A Kilences el van akadva a kettő között, habozik az engedékenységek között, ami dühöngést okoz, és az engedetlenség között, ami félelmet szül.

Valamennyi düh-pont alapproblémái az idő, a kosz és a pénz körül csoportosulnak. Mindhárom terület hatalmi küzdelmek színterévé válik. A rögeszmés típusok például a késés szokását vagy kifogását használják arra, hogy kimutassák az engedetlenségüket. Másrészt rákényszeríteni másokat arra, hogy pontosak legyenek, a kontroll fenntartásának módszere lehet.

* * *

A rögeszmés típusokban jelen van az érzelmi elszigetelődés. A dühöngést társadalmilag elfogadhatatlan volta miatt elkerülik, és ezzel minden érzelmet elfojtanak. A gyengéd és sebezhető érzések másoktól való függéshez és gyengeséghez vezethetnek, ezáltal a kontroll elvesztéséhez. Ez újabb ok az elnyomásukra.

A düh az anyagi testben ébred fel először. A többi érzelem és gondolat utána jelentkezik. Amint a további oldalakon látni fogjuk, a düh-pontok tagjai visszaélnek a gondolati és érzelmi testük energiájával, és nagyrészt a fizikai testük dühkitöréseire használják el.

A SZENT

A KILENCES PONT - AZ ELTOMPULT TÍPUS,

A DÜH-GYÖKÉRPONT

MAGASABB OKTÁVJA: A SZENT
SZENT ESZMÉJE: A SZERETET
SZENT ÖSVÉNYE: A HELYES CSELEKVÉS
ALSÓBB OKTÁVJA: AZ ELTOMPULT SZEMÉLYISÉG

SZENVEDÉLYE: A LUSTASÁG

ESZMÉNYE: KÉNYELMES VAGYOK
BESZÉDSTÍLUSA: SAGA
(„monda”, hosszú történetek)

AMIT ELKERÜL: A KONFLIKTUS

VÉDEKEZŐ
MECHANIZMUSA: ÖN-KÁBÍTÁS

CSAPDÁJA: KERESÔNEK LENNI

VÉGLETEI: HÍVÔ - KÉTELKEDÔ

PÉLDÁK A 9-ESRE:

Albert Einstein,
Joseph Campbell,
Milton Erickson,
Carl Rogers,
Ringo Starr,
Keith Richard,
Kevin Costner,
Ronald Reagan,
Gerald Ford,
Eisenhower,
Oblomov,
Teréz Anya,
Swami Sivananda,
Sri Ramana Maharishi

A Kilences a düh-gyökérpont. A legelső, amit észrevehetünk róla, a düh teljes hiánya. A Kilencesek legtöbbször igazán nyájasak, könnyedek és gyengédek a felszínen. Azt a benyomást kelthetik, hogy a világ folyásával áramlanak.

A SZENVEDÉLY

A düh-gyökérpont szenvedélye, amely az egész gépezetet hajtja, a lustaság. Ezek az emberek nem feltétlenül lusták a munkájukban, de nemtörődömnek bizonyulnak, ha a lényegi dolgokkal kell foglalkozni. Elkerülik a dühöt. Kikerülik a konfliktusokat.

Ahelyett, hogy dühbe gurulna, a Kilences öntudatlanságba menekül. Azok, akik elbambulnak és semmibe meredő tekintettel kikapcsolnak az adott pillanatban, ahelyett, hogy feldühödnének, valószínűleg Kilencesek. Aki gyakran veszekszik, hadakozik és erőszakoskodik, majdnem biztos, hogy nem Kilences.

Ez nem azt jelenti, hogy a Kilencesek sosem lesznek mérgesek, vagy hogy sosem fejezik ki ezt, de a kifejeződés gyakran sokkal később jelentkezik, mint az érzést kiváltó pillanat. Vannak kitöréseik, de ezeknek rendszerint nincs látható köze az igazi kiváltó okhoz. Talán te is ismersz valakit, aki ajtókat csapkod, vagy szétdobálja az újságokat, és dühöng, mert valaki rossz helyre tette a kedvenc lapját. Ha igen, akkor észrevehetted, hogy a düh mértéke abszolút nincs összhangban az okával, és nem is arra irányul, aki felelős érte.

A Kilences fő baja a ki nem fejezett düh. Ez csak gyűlik és gyűlik. Valami kicsi és oda nem tartozó dolog aztán egyszer kirobbantja az éveken át raktározott harag vulkányszerű kitörését.

Még egyszer: a nemtörődöm hanyagság nem azt jelenti, hogy lusta emberekről van szó. Dolgoznak ők, sokszor nagyon keményen. Lehetnek szorgalmasak és eredményesek is. Az életük lényegi kérdései elől azonban álomba merültek. Amikor fontos dolgok merülnek fel, a Kilences a lényegtelen semmiségekhez fordul helyettük. Ha egy Kilencest nagyon elfoglaltnak látsz mindenféle kis részletekkel, akkor szinte biztos lehetsz benne, hogy valami fontos elől zárkózik el velük.

Bizonyára ismersz olyasvalakit, aki elkezdi kitakarítani a lakását, és teljesen elakad benne ott, hogy egy fogkefével tisztogatja a cserépkályha csempéit. Képes annyira az apró dolgokra koncentrálni, hogy elfelejti a zűrzavart, ami mindenfelől körülveszi. Mindennek egyenlő fontossága van számára, mindent sorra egymás után próbál csinálni.

Az egyik workshopunkon egy Kilences női résztvevő elmesélte, hogy egyszer késésben volt egy nagyon fontos találkozóról. Az ajtó felé sietve észrevette, hogy a gyerekeinek nincs bevetve az ágya. Erre bement a szobájukba, hogy megágyazzon, és megakadt a szeme egy cikken a Tudomány Gyermekének magazinban. Leült tehát a félig bevetett ágyra, és a gyerekmagazint kezdte olvasni, miközben már el is késett a munkahelyi megbeszéléséről.

* * *

A Kilences különleges helyet foglal el ebben a rendszerben. Ez az egész Enneagram tükrözőpontja. Az összes többi pont érzékeléseiben torzító szűrők vannak. A Kilencesnek önmagában véve nincs torzítás a látásában. Ehelyett egyszerűen csak elaludt, nemcsak a szokásos alvajáró szinten, amit mi normális mindennapi tudatnak nevezünk, hanem egy még sokkal mélyebb, nyílvánvaló álomba merült.

Mivel a Kilences nézőpontja nem torzít, az összes többi nézőpontot is fel tudja venni. Ezek az emberek mindenkinek meg tudják érteni a szempontjait, sőt át is tudják

venni. A Kilenceseeknek nehéz tisztában lenniük a saját véleményükkel, mert mindenki másnak át tudják látni a nézeteit, és úgy találják, hogy mindegyikben van valami.

* * *

Egy másik workshopon találkoztunk egy nagyon kedves szociális gondozóval, akinek ez volt a problémája. A főnökei azt mondták neki:

- Ennek a gyereknek nyilvánvalóan nem szabad otthon maradnia, a következő okokból:...

A családgondozó egyetértett.

- Igen, így van! Nem maradhat abban a családban a gyerek.

Ezután elment a családhoz, hogy beszéljen a szülőkkel, akik persze azt mondták neki:

- Nem, nem! A gyerekünknek velünk kell maradnia! - és ők is kifejtették az összes érveiket. A családgondozó pedig velük is egyetértett:

- Igen, ez igaz. Teljesen érthető.

Néha órákig autózott oda-vissza, mindkét felet meghallgatva és megértve.

* * *

A Kilenceseket néha nehéz felismerni a kaméleonszerűségük miatt. Mivel a Kilences típushoz tartozó emberek elveszítették a saját személyes álláspontjukat, és mindenkinek a nézeteit meg tudják érteni, hajlamosak arra, hogy felvegyék azoknak a színezetét, akikkel éppen kapcsolatban állnak.

A Kilenceseken néha radikális stílusváltásokat figyelhetünk meg. Tizenévesként lehet, hogy a Hell's Angels-ekkel lógnak, és teljesen beolvadnak közéjük, kitetováltatják magukat, felveszik a csoport öltözködési módját, talán még a börtönt is kipróbálják. Későbbi életük során viszont csatlakozhatnak a felsőbb körökhöz, és háromrészes öltönyöket viselhetnek. Ronald Reagan jó példája lehet valami ilyesminek: nagyon liberális helyzetből indult a Filmszínészek Szövetségében, később pedig erősen konzervatív társaságba került.

Azok az emberek, akik az Enneagram tanulmányozása közben valamennyi ponttal azonosulnak, igen gyakran Kilenceseek.

* * *

A Kilences a düh-pontok gyökere, de úgy tűnik, mintha a Kilenceseek sohasem lennének mérgesek. Nagyon szelídek tűnnek. Csupa kedvességet érezhetsz belőlük. Mivel az önbecsülés igazi probléma számukra, ezek az emberek mindent megtesznek, hogy rendesek legyenek.

Szerintem Eisenhower is Kilences volt, kedves fiú, aki szívesebben golfozott, mint hogy szembenézett volna nehéz államügyekkel. Reagan is így van a farmjával. Úgy tűnik, hogy ő nem is létezik, csak az erős tanácsadói véleményeiből áll össze, mint például a felesége vagy az államügyésze. Emellett soha, egyetlen döntést sem hozott.

Kapcsolatokban a Kilenceseek gyakran veszik fel a lábtörő szerepét, hogy biztosak lehessenek benne, hogy nem tesznek semmi rosszat.

* * *

A Kilenceseek gyakran elveszítik a személyes határaikat azzal, akit szeretnek. Képesek beleolvadni a másikba, majd pedig a másik tükröződésévé válni. Gyakran olyan partnernél kötnek ki, aki erősebben kifejezi a saját érzelmeit, vagy érzelmileg instabil. A Kilences a háttérből tükrözi vissza és támogatja a másikat.

Ritkán látni olyant, hogy egy Kilences távozik egy kapcsolatból. Vagy a partner szakít vele, vagy valaki elcsábítja a partnerétől. A Kilencesnek nagyon nehéz szembenézni a partnerével és azt mondani:

- Elegem van. El akarok menni tőled.

Nagyon ritka, hogy egy Kilences megtegye ezt a kijelentést, és hogy valóban ki is tartson mellette addig, amíg az elválás lezajlik. Egyszer mégis találkoztam egy Kilences hölgygel, aki szokása szerint négy évenként mindig megszakítja a kapcsolatait. Amikor terápiában megvizsgáltuk ezt a jelenséget, kiderült, hogy az anyja elhagyta a férjét és a családját, amikor ő négy éves volt.

A Kilences úgy hagy el egy kapcsolatot, hogy érzelmileg lezárja magát, olyan lesz, mint egy fadarab, és megvárja, amíg a másik megy el. Ez megint a konfliktus kivédésének egy módja. Ez is az eltompult nemtörődömség egy fajtája: „Én nem leszek az, aki kiszáll a kapcsolatból. Inkább csak helyben eltűnök, és kivárom, hogy elmenjél.” Két Kilences kapcsolata az örökkévalóságig tarthat. Egyszer egy Kilences tiltakozott, amikor ezt hallotta, és azt mondta, hogy 12 év után ő igenis elvált a partnerétől. További kérdéseimre kiderült, hogy az „elválás” két éve történt, de még mindig ugyanabban a házban laknak.

* * *

Az Enneagram bal oldalán a nonkonformista (nem-alkalmazkodó vagy lázadó) pontok vannak, a jobboldalon pedig a konformisták (alkalmazkodók). A Kilences egyik lábával az egyikben, másik lábával a másikban áll. Ez felemásságot okoz. Az egyik lába a Hármas pontban van (ld. a belső háromszöget), amely a legkonformistább pont, a másik lába pedig a Hatosban, amely tekintélyellenes, nonkonformista.

* * *

A Kilenceseknek az a problémája, hogy amikor engedékenyek vagy konformisták, az feldühíti őket, amikor pedig engedetlenek vagy nonkonformisták, az megijeszti őket. Mivel jó fiúk vagy lányok akarnak lenni, inkább az engedékenység csapdájába szoktak esni, és ettől dühösek.

Ezek az emberek kitartással szereznek hatalmat. Ez az analízis visszatartó viselkedés pontja. Mindenféleképpen gyűjtögetnek azzal, hogy ez még egyszer jó lesz valamire. Amit aztán összegyűjtöttek, arra nem is nagyon gondolnak, nem rendezgetik a gyűjteményeiket, ha csak nem szokásból. A Kilencesek garázsá ládászámra tele van lomokkal, amikre majd egyszer időt szakít. Semmit sem képesek kidobni. A lakásuk tömve van kis emlékekkel, üres dobozokkal és egyebekkel. Lehet, hogy egy vagy két plusz autómotor is áll a garázsukban, a vendégszobában pedig esetleg bedobozolva ott áll az összes tankönyvük, amit általános iskolától kezdve használtak. Az üzleti életben sokszor igen nehezen adnak ki pénzt a kezükből, vagy nem szívesen írnak alá csekkeket. Közismert szokásuk, hogy elkésnek a találkozóiokról.

* * *

A magasabb oktávban ez a Szent pontja. A Kilences legmagasabb kifejezési formája az isteni szeretet. Az egó azonban sokszor arra használja ezt az eszmét, hogy a fixációját igazolja. A Kilencesek nagyon igyekeznek jónak lenni. Azt hiszik viszont, hogy ahhoz, hogy jók legyenek, el kell fojtaniuk a haragjuk kifejezését, mert dühösnek lenni annyi, mint rossznak lenni.

A kifejezetlen düh vagy passzív-agresszív tétlenséget okoz, mint például a rutinba, szokásokba való menekülés, vagy önmaga ellen fordul „véletlen” sérülések

formájában. A Kilencesek teste néha olyan merev lesz, mintha fából lenne, amint évek kiadatlan dühe a sejtekbe keményedik.

A Kilencesek úgy is kifejezik a dühüket, hogy saját maguk ellen fordítják. Sok Kilences hajlamos a balesetekre. A biztosítótársaságok felfedezték, hogy a balesetek nagy többségét az emberek kis csoportja okozza. Nos, ezeknek valószínűleg a nagy része Kilences. Szinte „elszállnak” a testükből (még vezetés közben is), hogy elkerüljék a harag érzését.

Úgy tűnik, mintha nem sok idegvégződés maradt volna a testükben. Mindenfélének nekiütődnek. Mintha elzsibbasztották volna magukat.

Egy Kilencesekkel készített csoportos interjúban egy résztvevő elmesélte, hogy egyszer magával vitte a macskáját a munkahelyére. Amikor nem figyelt rá, a macska kirohant az útestre, és elütötték. Dühösen visszafordult a háza felé, és egyenesen nekirohant egy faágnak, ami majdnem kiverte a szemét. Annyira feldühítette, hogy elütötték a macskáját, hogy majdnem kiverte a saját szemét. A düh visszafordult önmaga felé. Nem tudta, mit kezdjen a haragjával. Szimbolikusan majdnem kiszúrta a szemét, mert nem tartotta a macskán.

Az egyik Kilences barátunk legalább kétszer-háromszor árokba vitte a kocsiját a domboldali házából lefelé jövet, mert amikor dühös lesz, beugrik a kocsijába, és vezetés közben elveszti az uralmát fölötte.

AZ ESZMÉNY

A Kilences eszménye önmagáról az, hogy „kényelmes vagyok”. Ez a túlélők pontja az Enneagramban.

Ezek az emberek szinte bármilyen helyzetbe bele tudnak olvadni. Mivel a lustaság a szenvedélye, a Kilences nem hajlandó szembenézni a pillanattal. A kényelemre való törekvésében elkerüli a konfliktust.

GYERMEKKOR

A munkám során azt fedeztem fel, hogy a fixáció vagy a szülési trauma során alakul ki, vagy legalábbis innen ered a rá való hajlam. Eddigi tapasztalataim szerint a Kilencesek súlyos traumát éltek át a szülőcsatornában. Van bennük egy összenyomottság-érzés. Nyomást éreznek, és megpróbálnak küzdeni ellene. Bezárva érzik magukat. Emiatt a nyomás-élmény miatt merevvé és passzív-agresszívvá válnak; mozdíthatatlanná.

Gyermekkorukban a Kilencesek gyakran háttérbe szorulva érezték magukat. Néha úgy érzik, hogy a testvéreik árnyékában nőttek fel. Az igazi dráma valahol másutt játszódott a családban, és a Kilences megfigyelő szerepbe került. Annak ellenére viszont, hogy nem voltak a középpontban, szembekerültek az engedelmesség és a düh problémáival.

Gyerekként gyakran a szüleiken keresztül éltek, felnőttként pedig a gyerekeiken keresztül.

* * *

Egy német származású Kilences egyszer elmesélte egy gyermekkori történetét. Nyomorultul érezte magát otthon, és a Karácsony volt az egyetlen dolog, amire örömmel várt. Egész évben ez volt neki a legjobb élménye. Az egyik évben Karácsony előtt az anyja öltönyt csináltatott mind az öt gyerekének. Egyforma öltönyöket csináltatott nekik,

mindig is egyforma ruhában kellett járniuk. Ő éppen ötéves volt akkor. Amikor felvette az öltönyt, viszketni kezdett. Majd megôrült a viszketéstől, és le akarta vetni a ruhát. Az anyja azt mondta neki: - Csak akkor jöhetsz el karácsonyozni, hogyha felveszed ezt az öltönyt! - Benne pedig összeütközésbe került az, hogy engedelmeskedni akart, és a haragja, amit ez kiváltott.

„Vagy fel kell vennem ezt a ruhát és szenvedni benne, hogy elmehessek Karácsonyt ünnepelni, vagy nem veszem fel, és ágyban kell maradnom itthon!”

Az anyja benedvesítette az öltönyt, hogy kényelmesebb legyen, de ettől csak még jobban viszketett. Most már egy vizes, viszketeg ruhát kellett viselnie.

Amikor elmondta nekem a történetet, a 40-es éveiben járt már, de még mindig magával cipelte azt a dühöt.

A Kilencesekben megvan a megoldatlan dühöngés érzése. Mindig jelen van. Sok Kilences úgy érzi, hogy ha valaha is engedné kitörni ezt a haragot, megölhetne valakit. Hogy ez ne történhessen meg, a Kilences inkább öntudatlanságba merül, és lélekben elszáll a helyzetből.

* * *

Egy másik Kilences egy Esalen-beli workshopon mesélte el egy gyermekkori élményét. Ötéves korában egy hídon ment át egy patak fölött, és valaki kövekkel kezdte dobálni hátulról. Láta az elsűvítő köveket, de nem látta, ki dobált. Amint átért a túloldalra, fölkapott egy követ, visszafordult, és eldobta. Nem a lányt találta el, aki dobálózott, hanem az öccsét. Pont fejbetalálta, és a gyerek vérezni kezdett. A Kilences megrémült, hogy talán megölte a másik gyereket. Visszarohant a másik partra, és az ingével bebugyolálta a gyerek fejét, aztán hazaszaladt, hogy több ruhát is hozzon, amivel bekötözheti. Amint hazaért, a szobája fiókjából felkapott néhány ruhadarabot, és visszaindult. Az anyja megállította:

- Hová mész? Amíg meg nem mondod, hová mész, nem mész ki ebből a szobából!

Be volt kerítve. Elakadt az anyjától való félelme között és aközött az iszonyat között, hogy talán megölt valakit. Nem mondta meg, hogy hová indult, ott maradt a szobájában rettegve és dühöngve. Az engedelmisség ismét dühöt okozott.

Ez az élmény azt tanította meg neki, hogy soha, de soha többé ne legyen mérges. Sose fejezze ki a dühét. Dühöngés helyett merüljön öntudatlanságba.

BESZÉDSTÍLUS

A beszédstílus igen fontos eszköz a fixációk felismerésében, diagnosztizálásában. A Kilences beszédstílusa a saga.

Ha megkérdezed egy Kilencestől: - Hogy vagy? -, a szokásos rövid válasz helyett egy saga-val, hosszas történettel válaszol, például:

- Nos, köszönöm, egész jól vagyok, bár egy kicsit másnaposan. Elmentünk Joe-val, tudod, azzal a sráccal, akivel te is találkoztál egyszer egy buliban hogyishívjárnál... Na, vele mentünk egy bárba, és ott ittunk egy pár koktélt meg minden, és ott találkoztunk egy másik haverral, mi is a neve, te is ismered, és ahogy iszogattunk együtt, mesélt egy sztorit... várjál csak, miről is...

Néha bajos megszabadulni ezektől az emberektől, mert állandóan elkalandoznak a tárgytól. Van néhány olyan Kilences is, akik nem így tesznek, hanem például a tartózkodás szokását alakították ki maguknak, és lehet, hogy egy szót se szólnak. De ha

egyszer beszélni kezdenek, néha még ezek a félénk, visszahúzódó Kilencsek is túl sok gyakorlati részletet mondanak el, vagy elkalandoznak valamerre.

A Kilencseknek erős vágya, hogy megszökjenek az itt és most-ból, hogy beszélgetés közben elszálljanak a világűrbe.

* * *

Milton Erickson, a pszichiátriai hipnózis népszerű mestere, Kilences volt. Az volt a módszere a transzba vivésre, hogy addig beszélt, míg halálra nem untatta klienseit. Végtelen sagá-t adott elő, ami transzba vitte az embereket, s közben el is végezte bele rejtve a tervezett változtatásokat az illetők tudatalattijában.

Egy másik nagy terapeuta, aki ezt a fixációját hasznosította terápiás stílusaként, Carl Rogers. A Rogers-féle terápiában a terapeuta nem irányít, csak a kliens nézőpontját tükrözi neki vissza. Rogers szerint a tökéletes terapeuta vissztükrözô szerepet tölt be.

A CSAPDA

A csapda itt a keresôvé válás. A keresés viselkedésmintája az önkábítás egy módjává válik. Egyszer például egy Kilencsel készítettünk interjút, és közben elkezdte a mikrofonját vizsgálgatni. Ahelyett, hogy a beszélgetésre irányította volna a figyelmét, töprengeni kezdett: „Vajon melyik zsinorra van kötve ez a mikrofon? Talán van valahol egy kondenzátor...”. A Kilencsek órákat töltenek azzal, hogy megpróbálják megérteni a világot, és bennsôjük részévé tenni. Ez a pont a befelé fordított látásmód pontja. Némelyikük szeret fával dolgozni, és elmerül a smirglizésben. Órákon keresztül csak smirgliznek, miközben teljesen magukba fordulnak, átgondolnak mindenfélét, megoldják a világ dolgait, keresik a dolgok rejtett működését, választ keresnek az egészre.

Ezek az emberek azok, akik képesek monoton munkát végezni, miközben lélekben hosszú ideig máshol járnak, de mégis jól dolgoznak ezalatt. Szöveget is találhatunk közöttük, vagy számítógépprogramozókat, akik egyhangúan ismétlődô munkát végeznek. Ebben is valamiféle kényelmet találnak, mert szívesen munkálkodnak a kezükkel valami hasznoson, miközben „elszállnak” a pillanatból.

Mindenféle alvajárók vannak közöttük, néha pedig zsenik is, mint Albert Einstein, akinek a felesége vörösre festette a házuk ajtaját, hogy hazataláljon a férje. Annyira belemerült a számításaiba és az ihletbe, hogy elment a háza elôtt, szó szerint elveszve a gondolataiban.

Ez a karakter a tipikus szórakozott professzor, aki állandóan óriási mennyiségû technikai részletet és elméletet tart a fejében, és képes hosszú idôkre a gondolatok sivár világában maradni, annyira lekötik a mûszaki adatok, a mindennapi életében mégis komikusan esendô.

VÉDEKEZÔ MECHANIZMUS

A Kilences védekezô mechanizmusa az ön-kábítás. A Kilencsek úgy hiszik, hogy a düh tilos, vagy legalábbis mélyen elítélendô, rosszalni való dolog, amit jó emberek nem tehetnek. Az ön-kábítás a düh elkerülésének módja. Úgy jelentkezik, hogy öntudatlanságba merülnek, vagy a szokások rutinjába bújnak. Ha egy Kilences abbahagyja egy szokását, akkor úgy érzi, önmaga egy részét veszíti el.

A Kilencesek szokásokkal töltik fel magukat. Rábízzák magukat a szokásaikra. A szokások mögé bújva pedig elalszanak. Sokan közülük 30 éve ugyanazt a reggelit ették minden reggel. Néha problémáik lehetnek a drogoktól vagy alkoholtól való függőséggel.

Amikor a rutin vagy a minták kerültek szóba, néhány Kilences azt mondta:

- Én nem követek semmilyen szokást.

Amikor tovább kérdezgettem, gyakran kiderült, hogy gyermekkorukban olyan keményen szabályozva voltak - pl. tengerészeti vagy katonai iskolába jártak -, hogy most az a szokásuk, hogy megtagadnak minden szokást. Nehéz nekik bármilyen szokásnál megmaradni. A szokások, minták állandóan feloldódnak, és valami másba alakulnak. Ezeknek a Kilenceseknek az a mintája, hogy elkerülnek minden mintát.

A Kilencesek egyik típusáról az a képem, hogy megragadt a hatvanas években, ma is közvetlenül a reggeli müzlije után szívja el az első füves cigarettáját, délben pedig hozzálát a sörökhöz. Ennek a típusnak sok baja van a szerektől való függőséggel. Időnként megjelennek a workshopjainkon Kilences férfiak, akik a régi ellenkultúrához tartozó, LSD-szedő emberek. Ma is copfba fogott hosszú hajat és fülbevalókat viselnek, ragaszkodva a régi szokásaikhoz.

A szokásoktól való függésük viszont azt is jelenti, hogy a Kilencesek nagyon sikeres üzleti adminisztrátorok tudnak lenni. Vannak Kilencesek, akik nagy vállalatok vezetői, mert nagyon hamar megtanultak egy mintát, és ezt követik.

* * *

Gurdjieff azt mondja, hogy a fixációink miatt mindannyian gépként működünk. Talán mindannyiunk közül a Kilences a leggépiesebb. Nemrég olvastam valakiről, aki 42 éve ugyanazt a vacsorát ette minden este ugyanabban az étteremben. A Kilencesek mindenből rutint csinálnak, hogy kivédjék a konfliktusokat. Ez az, ahol a nemtörődomség belép: megadják magukat a szokásnak. A Kilencesek alkoholistákká válhatnak, ha felveszik az ivás szokását.

A Kilencesek a nyakukban és a vállukban tárolják a dühüket. Ez mozgási nehézségeket, betegségeket okozhat, és hajlamosít a balesetekre is.

AMIT KIVÉDENEK

A Kilencesek mindenáron elkerülik a konfrontációt, összeütközést. Gyakran úgy fejezik ki a dühüket, hogy szó nélkül, mozdulatlanul ülnek, legyökerezve, és nem csinálnak semmit. Ők az Enneagram legmakacsabb típusa. Egy Kilencesnek hihetetlenül nehéz, hogy nemet mondjon. Inkább azt mondja: - Majd gondolkodom rajta -, vagy éppen: - Erre majd később visszatérünk.

Annak ellenére, hogy nem igazán mondanak nemet, dinamittal sem lehet őket kimozdítani. Ha arra kéri őket, hogy csináljanak valamit, a reflex-szerű belső válaszuk: „Én ugyan nem csinálom”.

A Kilences néha akkor beszél a dühéről vagy fantáziál egy összezapásról, amikor nincs az adott helyzetben. Egy barátunk apja hazatérve a munkájából arról szokott mesélni a családjának vacsora közben, hogy majdnem összeverekedett valakivel, vagy majdnem kiütött valakit. Egész gyerekkorában nem értette a barátunk, hogy sikerülhet megtartania az apjának a munkahelyét, hiszen a fantáziatörténeteiben állandóan összezapott másokkal. Csak amikor megtanulta az Enneagramot, akkor jött rá, hogy az apja azt mesélte el, amiről azt gondolta, hogy szívesen megcsinálná.

Egy Kilences hölgy egy workshopunkon azt mondta, hogy ő nem kerüli el az összeütközést, hanem harcol.

- Mondj el egy példát.
- Egyszer nyolcéves koromban...
- Közelebbi példát.

- Nos, épp a múlt héten bementem a főnökömhöz, és azt mondtam neki: „Ha nem szólsz annak a fickónak a parkolóban, hogy legyen tekintettel az emberekre maga körül és figyeljen jobban, akkor isten bizony dühbe gurulok és megmondom neki a magamét!

Egyszer az összeütközés így nézett ki: „Jól megmondom neked, hogy mit fogok mondani valaki másnak.”

Nem ment egyenesen ahhoz, aki irritálta, hogy megmondja neki:

- Szedd össze magad, mert dühítesz.

Ez a Kilences egyik fő tünete: nem fejezi ki a dühét az adott pillanatban.

A VÉGLETEK

Minden pontnak megvan a maga ellentétpárja, a végletei. Mindenben megvan mindkét véglet, de ki-ki jobban hajlik az egyik felé.

A Kilences ellentétpárja a hívő-kételkedő. Vannak közöttük, akik hívők, a háttérben a kételkedővel. Ez a kettősség okoz például egyes Kilenceseknél 10 évig húzódó válópereket. A Kilences igazán nem is biztos benne, hogy sikerül a dolog, így hát vár még néhány évecskét.

A Kilencesek csatlakoznak szervezetekhez, de se nem vesznek részt benne teljesen, se nem lépnek ki. Úgy tűnik, hogy hisznek benne, de előbb próbára akarják tenni, vagy kételkednek benne, de azért kipróbálják. Soha nincsenek tökéletesen jelen a pillanatban. Úgy tűnik, hogy mélyen, néha szinte naívan hisznek egy eszmében, aztán váratlanul cinikussá válnak, és mindenben kételkednek. (A kétely kapcsolatban áll azzal, hogy a Kilences stresszben átmozdul a Hatos pontba, amely a kételkedés alaptípusa.)

Látni fogjuk, hogy minden pont között vannak kapcsolatok. A Kilencesben megvan a Nyolcas dühe és az Egyes jósága.

PÉLDÁK

Gerald Ford remek példája a Kilencesnek. Mindig úgy jut eszembe elnök korából, amint minden egyes alkalommal, ha kiszáll egy repülőből, beveri a fejét vagy leesik a lépcsőjéről.

Laurence Olivier is Kilences. A Kilencesek kitűnő színészek tudnak lenni, mert bármely nézőpontot meg tudnak érteni és fel tudnak venni. Laurence Olivier is oly sokféle különböző szerepet el tud játszani. Egy Nyolcas színész csak Nyolcas szerepeket játszik. Egy Kilences színész bármely szerepbe bele tud olvadni. A Kilencesekben megvan ez a fajta rugalmasság.

Kilences volt Alfred Hitchcock is. Úgy rendezte a filmjeit, hogy előre leült a forgatókönyvvel, és olyan aprólékos részletességgel kitervelte a jeleneteket, hogy a forgatásnál már akár ott se kellett lennie. Tudta, hogy a kamera hány méterrel fog elmozdulni merre, és hány fokos szögben fordul el, mielőtt ráközelít az egyik szereplő kezére. Utána felemelkedik a kamera, és egy párbeszéd részlete következik. Hitchcock leginkább a filmkészítés technikai oldalát szerette.

Az elbeszélés és karakterfejlődés voltak a leggyengébb oldalai. Az összes Hitchcock-film ragyogó értékei az operatőri munkában és a szerkezet összetettségében vannak.

A szereplői papírfigurák. Híres (vagy hírhedt) is lett egy kijelentésével, amit a sajtónak tett, miszerint a színészek csak tehenek, akiket terelgetnie kell, vagy sakfigurák, amelyekkel lépegethet. Ismét a mechanikus szemléletet láthatjuk.

A Kilencesek hajlamosak vonzódni a szerkezeti kérdésekhez.

A korábban említett ember, aki az elképzelt munkahelyi veszekedéseiről szóló történeteivel traktálta a családját, boldogan vetette magát a szerkezeti elemekről való beszélgetésekbe.

- Igen, igen, itt van egy áthidaló gerendád, ott megy keresztül, alighanem négyszer-hatos, és itt jön ki... - Majdhogynem képes lett volna leverni a vakolatot a falakról, hogy láthassa a ház szerkezetét. Tobzódik a hasonló műszaki adatokban.

* * *

Ausztria Kilences stílusú ország. A Nyugat és a Kelet között Ausztria valami olyan könnyed benyomást kelt, ami nagyon eltér más germán kultúráktól. Több kényelem és lazaság jellemzi, mint a szomszédos Németországot, amely Hatos kultúra, vagy Svájcot, amely Egyes.

Amikor Hitler megszállta Ausztriát, ünneplő tömegek fogadták. Amikor odaértek a szövetséges hadseregek, őket is ugyanúgy üdvözölték. Az osztrákok minden nézőpontot elfogadnak, és középén elalszanak.

Amint a példákból is kiderül, a Kilencesek lehetnek tudósok, elnökök, vagy éppen munkások egy szerelőszalagnál.

ALTÍPUSOK

Az Enneagram három alapösztönt ír le. Mindannyiunknak van létfenntartó, szexuális és társas ösztöne. Mindenki megvan mind a három.

A három ösztönünk közül az egyik sérültebb, mint a többi. Ebbe zúdítjuk az energiánk nagy részét.

Képzeld el egy háromlábú széket. Mindegyikünknek három lába van, de az egyik rövidebb, mint a többi. Efelé lejt hát a szék, és erre lejt az egész belső tájunk. Megbillent helyzetből nézzük a világot.

Mindenki a három altípus egyikébe tartozik: önfenntartó, szexuális vagy szociális (társas) altípusok vagyunk. Mindegyik ösztön megvan mindegyikünkben, de egybe mindenki jóval több energiát ömleszt, mint a többibe. Ez az ösztön hajtja az egész gépezetet (a fixációt).

Az egónk a kilenc fő szenvedély egyikének üzemanyagával robog, ez a szenvedély pedig a három ösztön egyikébe zúdul. A szociális altípusoknak gyakran a velük egyneműekkel van több problémájuk. A szexuális altípusok a párkapcsolatokat részesítik előnyben. A szociális altípusok jobban szeretik a csoportokat, és élvezik a társasági hangulatot. Ezért aztán ők csoportokhoz kapcsolódnak, és jobban érdekli őket a státuszuk. Az önfenntartó típusok alapproblémái bizonyos értelemben húsba vágóbbak, ezért gyakran egy kicsit idegesebbnek látszanak, mint a többiek. Az idejük nagyobb részét töltik a létfenntartás kérdéseivel. Többet aggódnak az étel, pénz, lakás és más alapvető szükségletek miatt.

A Kilencesek szenvedélye a lustaság, így ez ömlik a három ösztön egyikébe.

LÉTFENNTARTÓ: ÉTVÁGY

A létfenntartó Kilences kulcsa az étvágy. Az egyik lehetséges véglet a 180 kilós ember, akinek extra széles ülést kell biztosítani a repülõn, de ez csak a véglet. Sok önfenntartó vagy étvágy-típusú Kilences van, aki egészen vékony és atlétikus külsejû. De õk is egyfajta kielégítetlen éhséget éreznek mindenben. Az étvágy ellenõrizhetetlenül elszabadult. A Kilences összes altípusa túleszi magát, ha létfenntartási nehézségei merülnek fel, jókora mennyiségû étellel vagy itallal nyomva el az aggodalmát vagy a haragját.

A korábban leírt Kilences, aki kénytelen volt felvenni a karácsonyi öltönyét, és az engedelmissége feldühítette, szintén önfenntartó Kilences. Bármit is csinál, úgy érzi, hogy semmi sem elég. Ez történik, amikor a lustaság a létfenntartási ösztönhöz kapcsolódik. Ennek az altípusnak a tagjai tudat alatt megpróbálják valamibe belefojtani a dühüket, ahelyett, hogy felismernék és feldolgoznák.

Volt egy létfenntartó Kilences kliensem. Az egyetlen dolog, amit az élettõl akart, a nagy játékok voltak. Az õ esetében a nagy játékok a versenyautók voltak. Minden bevétele sportkocsik építésére ment el, de sosem volt neki elég. Ha egy Ferrarit szerelt össze, az volt a baj, hogy nem ez a legjobb Ferrari. Mindig volt valahol egy másik, izgalmasabb játék, és csak akkor volt boldog, ha azt is megszerezte. Ez volt az élete értelme. Ez az örökké kielégítetlen éhség az önfenntartó Kilences jellemzõje.

SZOCIÁLIS: RÉSZVÉTEL

A szociális Kilences meghatározója a részvétel. Ők a csatlakozók. Itt jelentkezik a titkos kételkedõ. Ezek azok az emberek, akik keresik a társaságokban való részvételt, de vissza is tartják tõle magukat. Azt jelenti a részvételük, hogy a mély elkötelezettség és a teljes kívülmaradás között ingadoznak. Apámnak sok barátja van, akik a legkülönbözõbb klubokhoz csatlakoznak. Eljárnak a találkozókra, de sosem igazán kerülnek bele a vezetõségbe. A periférián éldegélnek. Soha nincsenek igazán jelen, de nem is igazán lépnek ki. Ha megkérdezed õket a szervezetekrõl, amikhez tartoznak, mindig vannak fenntartásaik velük szemben. Ez is olyan, mint a 10 évig húzódó válóper, csak ez csoportokkal és szervezetekkel történik, társasági színtereken.

SZEXUÁLIS: EGYBEOLVADÁS

A szexuális Kilences ismertõtjegye az egybeolvadás. A szexuális Kilences beleolvad a másikkba. Sokkal inkább elveszíti az arra való képességét, hogy megérezze, hol végzõdik az „én” és hol kezdõdik a „te”, mint a többi Kilences. Annyira elveszíti a határait, hogy például több szexuális Kilences elmondta, hogy öntudatlanul evett a partnere tányérjáról, és észre sem vette, hogy az nem az õ területe. Sosem hallottam olyan szexuális Kilencesrõl, aki távozott volna egy kapcsolatból. Annyira egybe vannak olvadva a partnerükkel, és olyan mélyen elvesztették a személyes határaikat, hogy nem tudják különválasztani magukat, és felfedezni, hol végzõdik az „én”, és hol kezdõdik a „másik”. Belevesznek abba, akit szeretnek.

Az egybeolvadás összekeveredést jelent. Azt szokták mondani, hogy a kettő eggyé válik - ez a típus tiszta szívvel hisz ebben. Két ember annyira összeolvad, hogy már nem is látni, ki kicsoda.

A szexuális Kilencesek egy erős személyiséget keresnek partnernek, vagy legalábbis olyasvalakit, akinek rengeteg véleménye van a dolgokról, akivel összeolvadhatnak, összekeveredhetnek. Ez nem ugyanaz, mint közel lenni valakihez: egyszerűen valaki mássá válnak. Rendszerint valaki olyannal vannak kapcsolatban, aki az erősebbnek vagy a karizmatikusabbnak tűnik kettőjük közül.

Valaki ebből a típusból úgy írta ezt le, mint „teljesen átadni önmagát”. Az összeolvadás teljes: „Nem tudom többé, hogy melyek az én szükségleteim, és melyek az övéi”.

Egy Kilences, akinek elege volt az egész jelenségből, azt mondta:

A testem jelzi nekem, mikor közeledik az utolsó csepp a pohárba. Valami egyszerre megroppan, de előtte hosszú ideig épül fel a feszültség, minden kis dolog csak egyre fokozza. Nem mutatom ki a dühömet, és csak gyűlik, gyűlik. Amikor aztán kirobban, az tényleg drámai. Egyszer kirohantam az ajtón, és hónapokig nem jöttem vissza.

-

A MAGASABB OKTÁV

A Kilences magasabb oktávja a Szent. A szent eszme, amit követ, a szeretet, a hozzá vezető ösvény pedig a helyes cselekvés. A Kilences célja igazán az, hogy szeretetteljes ember legyen. Ezt a gondolatot aztán arra használja fel, hogy elkerülje a haragot. A gépezet ezzel igazolja a lustaságot. Sőt, a lustaságot összetéveszti a szeretettel!

Amikor a Kilences képes elvégezni a helyes cselekvést, jelen lenni a pillanatban és a jelenben kifejezni az érzéseit, akkor a helyes ösvényen van, és cselekedeteiben is ki tudja fejezni a szeretet szent eszméjét. A Kilences felemelkedett szintje a szent. Mivel minden nézőpontot képes kifejezni és visszatükrözni, bármely helyzetbe bele tud olvadni, és helyes cselekvésben tudja kifejezni a szent szeretetet. Teréz anya és Ramana Maharishi a megvilágosodott Kilences példái.

AZ ÖNMAGADNAK SZÓLÓ KÉRDÉSEKRŐL

Ha őszintén válaszolsz magadnak ezekre a kérdésekre, ez segíteni fog abban, hogy felismerd a karakterfixációd. Emlékezz közben néhány igen fontos dologra:

- * Mindannyiunkban megvan az összes minta, ezért minden fixációban találunk valamit magunkból. Egy pont azonban a legpontosabb leírása lesz a fixációd mintázatának.

- * Nem váltunk fixációkat. A fixációd a kikristályosodott nézőpontod a világban való helyedről, ezért nem változik. Bizonyos mintákat átveszünk másoktól. Anyám Négyes volt, és így nekem is sok Négyes tulajdonságom van, de én Nyolcas vagyok. Életed bizonyos pontjain mélyebben benne leszel a fixációdban. Ha például visszagondolsz általános iskolás vagy középiskolás korodra, valószínű, hogy akkoriban egyértelműbben mutattad ki a fixációd jellemzőit, mint most. Ha például a haragról kérdezek valakit, gyakran azt mondják: - Hát, azon sokat dolgoztam. - Ebben a folyamatban válaszolj a kérdésekre aszerint az állapotod szerint, amikor még nem dolgoztál magadon.

* Életed bizonyos időszakában valószínűleg több stressz alatt álltál, és akkor inkább a stressz-pontodból nyilvánultál meg. Középiskolás koromban sok stressznek voltam kitéve, és éveket a szobámban töltöttem, könyveket olvasva. Ez annak a példája, hogy a Nyolcasok stressz alatt az Ötös pontba költöznek át. Nem lettem Ötös, csak egy darabig úgy viselkedtem, mint egy Ötös.

* Amit itt megtanulsz, az NEM te vagy. Ez annak a leírása, ami nem vagy! Annak a leírását találod itt meg, hogy hogyan jelenünk meg a világban, amikor nem vagyunk az igazi Énünkben. Ezek azok az egó-állapotok, amik állandóan elválasztanak bennünket attól, akik valójában vagyunk.

* Minden fixációból értékes dolgokat tanulhatsz. Ezek a minták önmagukban nem rosszak vagy elvetendőek. Mindössze olyan stratégiák, amiket a világban való fennmaradásunkhoz tanultunk. Nagyon értékes, ha minden fixációból tanulunk valamit, de közben megszüntetjük a velük való azonosulásunkat.

A tudat térképe (*ábra*)

A két külső kör NEM te vagy, ezek tartanak bezárva.
Ezek lebontásával juthatsz igazi önmagadhoz.

A KILENCES PONT KÉRDÉSEI

1. Gyakran találod nehéznek, hogy kifejezd a dühödet az adott pillanatban?
2. Hajlamos vagy felhalmozni limlomokat, amik „majd egyszer” jók lesznek valamire?
3. Eltérsz a szándékaidtól, hogy elkerüld a konfliktust?
4. Gyakran késel megbeszélte találkozódokról?
5. Könnyű felismerned, hogy minden nézőpontban van valami érvényes igazság?
6. Élvezed, ha van időd a fellegekben járni, és nem szorít semmi tennivaló?
7. Általában olyan partnerekkel találod magad, akik érzelmileg ingadozóbbak, mint te?
8. Könnyebbnek találod, hogy elkalandozz a gondolataidban, mint hogy kiállj a nézőpontod mellett az adott pillanatban?
9. Kényelmesen érzed magad úgy általában a világban?
10. Könnyebb valaki másnak szóvá tenned egy problémát, mint annak, aki okozta?
11. Előfordul néha, hogy olyan dühkitörésed van, ami aránytalanul erős a helyzethez képest?
12. Tartasz attól, hogy ha valaha is igazán feldühödnél, esetleg komolyan megsebesítenél vagy megölnél valakit?
13. Tilos volt dühösnek lenned gyerekkorodban?
14. Előfordul, hogy beleveszel apró részletekbe (például a fürdőszobacsempék közeit tisztogatod fogkefével), és egyszer csak azt veszed észre, hogy órák teltek el?
15. Nehéz nemet mondanod, ha szívességet kérnek tőled, de lusta vagy makacs leszel, amikor meg kéne csinálni, és nincs sok kedved hozzá?

A Kilencesek igenlő választ fognak adni a fenti kérdések legnagyobb részére. Ha nem mindegyikre válaszolsz igennel, még mindig lehetsz Kilences. Mindenki, akár Kilences, akár nem, alighanem igent mond néhányra e kérdések közül. Ha azonban könnyen kiadod a dühöd az adott pillanatban, és kész vagy (netán szeretsz) benne maradni a konfliktushelyzetekben, valószínűleg nem vagy Kilences.

Talán akkor is találhatsz ritka alkalmakat, amikor dühös lettél és belementél a konfliktusba, ha Kilences a fixációd. Vizsgáld meg az életed erősebb tendenciáit. Fejlessz ki egy rálátást a mintáidra, amely az önismeret első lépése lehet a felébredés útján.

A HARCOS

A NYOLCAS PONT - AZ ERŐSZAKOS TÍPUS

A KÜLSŐ DÜH-PONT

MAGASABB OKTÁVJA:	A HARCOS
SZENT ESZMÉJE:	AZ IGAZSÁG
SZENT ÖSVÉNYE:	AZ ÁRTATLANSÁG
ALSÓBB OKTÁVJA:	AZ ERŐSZAKOS SZEMÉLYISÉG
SZENVEDÉLYE:	A KÉJVÁGY
ESZMÉNYE:	RÁTERMETT VAGYOK
BESZÉDSTÍLUSA:	KÖTEKEDÉS
AMIT ELKERÜL:	A GYENGESÉG
VÉDEKEZŐ	
MECHANIZMUSA:	SEMMIBE VENNI
CSAPDÁJA:	AZ IGAZSÁGOSSÁG
VÉGLETEI:	PURITÁN - HEDONISTA
PELDÁK A 8-ASRA:	Georges Gurdjieff, Fritz Perls, Ludwig Van Beethoven, Jack Nicholson, Joseph Stalin, Anthony Quinn; Zorba, Robert de Niro, Gene Hackman, Madame Blavatsky, Madonna, Swami Muktananda, Mae West, Chogyam Trungpa,

Debra Winger,
Ernest Hemingway,
VIII. Henrik

A Nyolcas a Kilences kiterjesztett vagy külső változata. A Kilencesek elvesztették a saját személyes álláspontjukat, a Nyolcasoknak azonban mindenről személyes véleményük van. A Kilences visszafordítja a haragját önmagára, a Nyolcas pedig kivetíti a világba. A Nyolcasok igazolva érzik a dühüket. A Nyolcast a kéjvágy szenvedélye vagy az igazságosság csapdája mozdítja ki a Kilences önmagát eltompító bágyadt kábulatából.

A Nyolcas Szent Eszméje az Igazság, és a hozzá vezető ösvény az Ártatlanság. A Nyolcas egóstruktúrája átveszi a szent eszmét, és az egó igazolására használja ki. Ahogy a Kilences a szeretet szent eszméjét a lustasága igazolására használja fel a harag ellen, a Nyolcas az igazság szent eszméjét és az ártatlanság ösvényét használja a bosszúállás és vádaskodás igazolására.

A Nyolcasok a világ nagy vádaskodói. Mindenki hibáztat valakit időnként, de a Nyolcasok megszállottan teszik. Az izzó belső érzésük azt mondja: „Én ártatlan vagyok! Nem én csináltam!” - és ezt arra használják, hogy önigazoló alapállásból a világot vádolják.

A Nyolcasok mindig készek a harcra, akár a saját ártatlanságuk bizonyításáért, akár azért, hogy a gyengébbeket megvédjék valami igazságtalanságtól. Amikor a Nyolcas egója visszaél az igazság szent eszméjével, abból valami ilyesmi lesz: - Ne traktálj engem ezzel a lószarral, mert nekem csálhatatlan a lószar-érzékelőm! Engem az igazság érdekel! - Ugyanakkor viszont általában a Nyolcasok a legnagyobb hazudozók és erőszakoskodók az Enneagramban. A Nyolcasok a rossz fiúk és rossz kislányok.

Jehova Nyolcas karakter. Gondoskodik az övéiről, és mindenki mást megöl. „Írts ki mindent, ami él!” - gyakran található ez a parancsolat az Ótestamentumban, amint Jehova utasítja a hébereket, miközben a sivatagon át vándorolnak az ígért földje felé. Jehova bosszúálló és féltékeny isten. A maffiás Keresztapa, aki a patriarchális hatalmi rendszerben isten-imitációt játszik, hasonlóképpen gondoskodik kiterjedt családjáról, és mindenki mást ellenségnek tekint.

Érdekes, hogy az Enneagram rendszerében szinte mindenki rossz hírnek tekinti, amikor megtudja a fixációját. Nem így a Nyolcasok. Különösen a Nyolcas férfiak imádják. Szeretnek sztorikat hallani önmagukról. Az egyik kedvenc Nyolcas időtöltés az, hogy azzal hancegnek, milyen rosszat tettek, milyen kemények voltak, vagy milyen rettentő balhékat éltek túl. Enyhe példája ennek, hogy egy Nyolcas az ingét felhúzza mutogatta az operációja sebhelyét a tévében.

A mi társadalmunkban a Nyolcas nőknek nehéz Nyolcasként kifejezniük magukat, mert azt nem tekinti a világ femininnek. A Nyolcas nők néha igyekeznek hagyományos női pózokat felvenni. Ugyanakkor viszont ez gyakran mély frusztrációt okoz nekik az önkifejezésükben. Debra Winger a másik véglet, aki azt mondja, hogy imád Jack Nicholsonnal dolgozni, és hogy a kapcsolatuk lényege az élvezetes időtöltés. Mae West is annak a Nyolcas típusú nőnek a példája, aki a kéjvágyára és a remek szórakozások élvezésére építette a karrierjét.

A Nyolcasok felismerésének egyik eleme a szemük megfigyelése. A Nyolcasoknak átható pillantása van, és gyakran egy Cro-Magnon-i külsejű kiszögellés a

szemöldökcsonthajon. Jack Nicholson, Joszip Sztálin, és még sok más Nyolcas egyaránt rendelkezik ezzel a vonással.

A személyiség Enneagramja című könyv, amely jezsuita nézőpontból íródott, állat-metaforákkal fejezi ki a fixációk fejlett és fejletlen szintjeit. Néhány közülük találó, másoknak mintha semmi alapja se lenne. Az egyik különösen jó választás a fejletlen Nyolcas megfelelője: az orrszarvú. Először is az orrszarvú nem túl jól lát, megtámadja azt, amit nem ért, rendkívül vastagbőrű, és fekete-fehérben látja a világot.

A Nyolcasoknak kevés tűrőképessége van a köztes dolgok iránt. Hajlamosak végletekben szemlélni a dolgokat: - Vagy a barátom vagy, vagy az ellenségem.

A Nyolcasok szinte telepatikus képességet fejlesztettek ki a gyengeségek meglátására. Ők maguk mindenáron elkerülik a gyengeséget. Mivel minden Nyolcas egy ijedt kisgyereket rejteget a harcias páncél blöffje mögött, megtanulták felismerni mások gyengeségeit és támadni, mielőtt még mások találnák meg az övékét.

Törvényenkívülinek lenni a Nyolcas egyik fő jellemzője. A Nyolcasok belekötnék a törvénybe és kigúnyolják. Általában erősen tekintélyellenes alapállásból cselekszenek. Csakis azokat a törvényeket tartják be, amelyek szerintük helyesek és rájuk vonatkoznak. Majdnem minden Nyolcas élettörténetében van valami törvényellenes. Néha ez igazi büntetés is lehet. Sok Nyolcas kedvenc fantáziája, hogy büntetlenül megúszik valamilyen tilalmas dolgot.

* * *

A Nyolcas a hős harcos is lehet, aki mások javáért dolgozik. Gurdjieff jó példája ennek. Annak szentelte életét, hogy munkájával a megvilágosodáshoz segítsen embereket. Ugyanakkor amikor pénzre volt szüksége, nem átalott elfogni helyi madarakat, sárgára festeni őket, és eladni, mint amerikai kanárikat.

Chögyam Trungpa, egy Oxfordot végzett tibeti láma, ugyancsak az emberiség szolgálatának szentelte életét. A könyvei kristályosan ragyogó szellemet árasztanak. Az általa alapított Naropa Intézet és az úgynevezett Shambhala-tréningje élen jár egy új kulturális tudatosság megteremtésében. Másfelől ismert tény, hogy olyan részeg volt egy előadása előtt, hogy leesett az emelvényről, majd ennek ellenére ragyogó beszédet mondott. Nem rejtegette sem azt, hogy ivott, sem a nőügyeit. 46 éves korában halt meg túlzott alkoholfogyasztása következtében.

Fritz Pearls, a gestalt-terápia atyja, a dühéből és a düh kifejezésének tanításából élt meg. Imádta a kliensei és tanítványai szemébe vágni, ha bármilyen „lőszaron” kapta őket. Nemrég a Fritz által kiképzett gestalt-terapeuták 20 éves találkozóján olyan ügyek kerültek a felszínre, amiket ezalatt a húsz év alatt végig eltitkoltak. Az összes nő úgy érezte, hogy Fritz szexuálisan kihasználta őket, és emlegették a szokását, hogy minden nőre ráhajtott, korra, alakra és méretre való tekintet nélkül. A férfiak viszont úgy érezték, hogy lekezelte őket, és megfosztotta őket a férfiasságuktól. Annak idején viszont úgy látták, mint a zseniális apát, aki a hatalma teljes birtokában van, és úgy tűnik, hogy soha senkinek sem volt elég ereje ahhoz, hogy bármilyen helyzetben kihívja maga ellen. Mint valamilyen szinten minden Nyolcas, Fritz is mestere volt a kontroll és az uralmi helyzet fenntartásának, azáltal, hogy rátermett, hozzáértő benyomást keltett.

Amikor Fritz Pearls egy kanadai kórházban fekve haldoklott, egy nővér visszaemlékezése szerint utolsó szavaival is a kontrollt próbálta fenntartani. Azt mondták neki, hogy ágyban kell maradnia és egy ágytálat használnia, nem mehet ki a vécére. Perls

lemászott az ágyról és azt mondta: - Senki se mondja nekem, hogy mit csináljak!" - ezek voltak az utolsó szavai, aztán holtan esett össze.

Személyes kapcsolataikban, munkájukban és társasági helyzetekben a Nyolcasok hajlamosak annyira elfoglalni a teret, amennyire csak lehet, és uralni a helyzetet. A Nyolcasok erőszakosak, és jogosnak érzik a dühüket. A börtönökben a legtöbb rab Nyolcas.

Mexikó, Izrael, és a palesztin terroristák a Nyolcas kultúra példái.

A SZENVEDÉLY

A Nyolcasok gépezetét a kéjvágy, vágyakozás, életéhség hajtja. Ez nem feltétlenül jelent szexuális kéjvágyat, bár ez is része lehet, hanem az élet örömeiben való túlhajtott tobzódást. Ha éppen a szex a szenvedélye, akkor vagy túl sokat szeretkezik a Nyolcas, vagy állandó vágyban ég; ha pillanatnyilag az evés szenvedélyének hódol, akkor pedig rengeteget eszik. Bármit is tesz a Nyolcas, túlzásba viszi. Gyakran májzsugorodásban, köszvényben vagy szifiliszben halnak meg.

A Nyolcas a Kilences tompultságából az életéhség által ébreszti fel magát, ezért hajlamos rá, hogy vagy aludjon, vagy teljes lendülettel csináljon valamit. A Nyolcasoknak nagyon nehéz bármit is mérséklettel csinálni.

Egy újság olvasói rovatából való a következő levél:

„A férjem öt éve nyugdíjban van, de még mindig nem tudom rávenni, hogy lelassuljon. Ha a kocsit vezeti, az előttünk haladó sofőrre ordít, mert nem indult el elég gyorsan, mikor zöldre váltott a lámpa. Az élelmiszerbolt pénztáránál morog, ha az előttünk álló hölgy csekket ír alá. Otthon farkasként falja be az ételét. A felét már be is kebelezte, mire én leülnék enni. Ha együtt megyünk az utcán, mindig három lépéssel előttem rohan. Azt mondja, hogy én úgy vonszolom magam, mint egy zsákot. Neki mindettől nem lett magas a vérnyomása - de nekem igen!"

Ez az asszony minden bizonnyal egy Nyolcast ír le. Ő az az ember, aki ilyen feliratot tesz az asztalára: „Nekem nincsenek fekélyeim, csak másoknak lehet tőlem.", vagy ilyent: „Nekem még akkor is igazam van, amikor tévedek."

A másik két düh-pont nem fejezi ki ilyen módon a haragját. A Kilences úgy hiszi, hogy nem helyes feldühödni, ezért öntudatlanságba merül. Az Egyesek viszont átélnek a haragjukat, magukban tartják, és önmagukat vádolják, ha nem jól mennek a dolgok. A Nyolcas ezzel szemben „tudja", hogy a düh pontosan az ideillő érzés, és „tudja", hogy ez valaki más bűne. Bármi is történik éppen, a Nyolcasok mindig képesek megokolni vagy igazolni a saját haragjukat, a saját agressziójukat. Valójában minél több bizonyíték van arra, hogy a Nyolcasnak nincs igaza, csak annál hangosabb lesz.

Swami Muktananda is Nyolcas volt. Van egy történet Muktanandáról, aki egy hathónapos hallgatási fogadalma végéhez érkezett. Mindenki arról beszélt az asramban, hogy a mesterük nemsokára meg fog szólalni. Mindenki a nagyterembe gyűlt, kíváncsian várva, hogy mik lesznek a guru első szavai. Végül megszólalt: - Hallottam, hogy egyesek sokallják az ashram részvételi díjait. Van fogalmatok arról, hogy mennyibe kerül nekünk elszállásolni és etetni benneteket? - azzal tovább folytatta a kirohanását a költségeiről.

Arról is beszélt egyszer, hogy a történelem során sok vallási vezetőt üldöztek, de vele ez nem fordult elő:

- Jézus azt mondta: „Ha valaki megüt balfelől, tartsd felé a jobb orcádat is.” Én ezt nem írom alá. Ha engem arcul üt valaki balfelől, akkor én mindkét oldalról pofonvágom, és addig ütöm, amíg ki nem verem belőle ezt az erőszakosságot!

Halála után előkerültek történetek arról, hogy Muktananda szexuálisan kihasználta egészen fiatal korú női követőit.

A Nyolcasoknak hajlamuk van az ellenkezésre, ellenségeskedésre másokkal szemben.

Az egyik workshopunkon részt vett egy 70 éves Nyolcas pszichoterapeuta. Neki nem volt különösebben átható pillantása vagy mereven a másokra szegeződő tekintete, de megvolt a kiugró Cro Magnon-i szemöldöksontja. Elmondott magáról egy viszonylag friss esetet:

- Tudjátok, azt hittem, hogy már túl vagyok rajta. Úgy gondoltam, hogy többé nem teszek ilyesmit. De egy szemétláda elém vágott az úton, úgy, hogy meg kellett állnom. Azon kaptam magam, hogy kiugrom a kocsimból (ne feledjük: egy ragyogó, kedves, 70 éves terapeuta meséli mindezt), odarohanok hozzá, és az ablakán át benyúlva elkapom a grabancát. Közben pedig egész idő alatt, amíg kiszálltam az autóból, és feléje mentem, magamban ezt mondogattam: „Morty, ugye nem művelsz megint ilyesmit?”

Morty nem olyasvalaki, akit ellenségesnek vagy agresszívnek gondolnál, de mégis, amikor az impulzus érte, így reagált.

A Nyolcasok sokszor megtorlással reagálnak: „Ha ezt csinálod velem, akkor én is visszaadom!” Ha nem tudják azonnal visszaadni, akkor addig tartogatják a haragjukat, amíg bosszút nem tudnak állni.

GYERMEKKOR

A túléléshez a Nyolcas kénytelen volt egy kemény külső burkot kialakítani magán. Hamar fel kellett nőnie, hogy gondoskodni tudjon magáról. Megbüntették olyasmikért, amit nem csinált, és megúszott olyan dolgokat, amit elkövetett. Ettől az az érzése alakult ki, hogy a szabályok önkényesek. A Nyolcas azt gondolja: „Én teremtem a saját szabályaimat, és azokat követem!”

Míg a Kilencest háttérbe szorították gyerekkorában, a Nyolcast megkínózták - vagy legalábbis ő úgy érezte. A legtöbb Nyolcas fizikai fenyítésekről számol be, de még azok is, akiket nem pofoztak vagy korbácsoltak, visszaemlékeznek valamiféle kínzásra. Igen korán arra a meggyőződésre jutottak, hogy a világ egy dzsungel, és hogy életben maradj ebben a dzsungelben, jobban teszed, ha te kapod el „őket”, mielőtt még „ők” kapnának el téged.

A Nyolcasok úgy érezték, hogy ők igazságtalanság áldozatai voltak, ezért mindenáron az igazságra törekszenek. Gyakran az egész világot vádolják.

* * *

Egy workshopon egy Nyolcas nő elmesélte, hogyan büntette meg ok nélkül az anyja.

- Amikor kicsi voltam, anyámmal éltünk kettesben. Volt egy macskánk. Anyám szerette a drága parfümöket, és az öltözőasztalán tartotta őket. A macskánk alighanem felugrott oda. Én észrevettem, és mindent visszaraktam a helyére, de az egész szoba bűzlött a kiömlött parfümtől. Mihelyt anyám belépett az ajtón, ordítani kezdett velem,

hogyan hozzányúltam a parfümjéhez. Először is, ki nem állhattam ezeket a parfümöket. Másodszor pedig nem is én csináltam. Mondtam is:

- Nem én csináltam! - de ő a szavamba vágott: - Ki más csinálta volna?! - és tovább ordított velem, jogtalanul vádaskodva. Én ránéztem:

- Na, várj csak! -, azzal az asztalához léptem, és az összes parfümös üveget a falhoz vágtam. Amelyik nem törött rögtön össze, azt széttapostam. Utána hagytam, hogy megverjen. Az volt az érzésem, hogy ha visszaütnék, akkor meghalna, mert nagyon kis termetű volt. Így hát azt gondoltam: „Oké, ezért megkapom a magamét. De előbb legalább kiélvezem, hogy megcsinálom!”

* * *

Egy másik Nyolcas a karaktere kikristályosodásának pillanatát írja le:

- Hároméves koromban költöztünk Brooklynból Queens-be, így tudom, hogy ez az esemény közvetlenül

azelőtt történt. A tömbházunk mellett volt egy üres telek, tele kövekkel. Egy nap lementem ide, és megláttam, hogy két barátomat a házunkból egy csapat másik gyerek veri. Élénken emlékszem, hogy odarohantam, és azt kiabáltam: - Ne félj, Mark, segíték! - azzal elkaptam a gyereket, aki Markkal verekedett, és két kézzel ellöktem. Hanyatt esett, és beverte a fejét egy kőbe.

Abban a pillanatban megállt az idő. Megfagyott a levegő, és mindenki a fiúra nézett. Elkezdett vérezni a feje és a köre folyt a vére, aztán felsikított.

A sikoltása összetörte a pillanat csendjét, és a következő pillanatban mindenki engem kergetett. Felugrottam Mark háromkerekű biciklijére, és hazafelé száguldottam, de nem voltam elég gyors. A lakásunk előteréhez értem, és kétségbeesetten csengettem, hogy anyám beengedjen. A rettegéstől összerázkódtam, amikor a banda betört az előtérbe. Egy nagyobb gyerek elkapott. - Betörted az unokatestvérem fejét! - ordította, és elkezdte a falba verni a fejemet.

Úgy tűnt, mintha egy egész élet telt volna el, mire anyám kinyitotta az ajtót, és beengedett. Attól a pillanattól kezdve problémás gyerekek tekintettek. Senki sem tudott kontrollálni, mert tudtam, hogy amikor igazán szükségem lett volna rájuk, akkor nem voltak ott.

AZ ESZMÉNY

A Nyolcasok nagyon fiatalon nyomasztónak találták az egész életet. A kikristályosodás pillanatában gyakran úgy érezték, hogy az élet és halál között egyensúlyoztak. Miután pedig túléltek ezt az elviselhetetlenül nagy megpróbáltatást, az az önhitt meggyőződésük alakult ki, hogy mindennel elbírnak. Ezért a Nyolcasokat dörzsölnék ismerik.

A Kilencesek önhittsége az, hogy „Kényelmesen érzem magam”. Bármilyen nehéz legyen is az élet az adott pillanatban, a Kilencesek általában azt mondják: - Bizony, egész jól elvagyok itt. Van tévém, ki vannak fizetve a számláim, jól megvagyok. - A Kilences eszménye önmagáról az, hogy kényelemben van, nincs semmi igazi baja az életében.

A Nyolcasok önhittsége az, hogy „Rátermettem vagyok”. Elboldogulnak a dolgokkal. Emiatt az önteltség miatt, és azért, mert ingerlésre van szükségük, hogy ébren tudjanak maradni, a Nyolcasok hajlamosak a szakadék szélén élni. Túl gyorsan vezetnek, és némelyikük örült módjára. Csak egy Nyolcast ismerek, aki azt mondta, hogy ő sosem

vezet gyorsan, mert ahhoz túlságosan tiszteli az életét és a biztonságát. De még ő is hozzátette, hogy bizonyos stoptábláknál sosem áll meg, mert rossz helyre tették őket.

A maffiafőnök is Nyolcas szerep. Erős erkölcsi szabályrendszere van. Senkit sem ölet meg az anyja házában. Gondoskodik a családjáról, megvédi a közösséget, biztonságot teremt az övéinek, és gondját viseli a gyerekeknek. Aki bajban van, annak ad némi pénzt. Szerepének az a lényege, hogy a rábízottakról gondoskodik a gonosz világ ellenében.

Mivel a Nyolcas úgy érzi, hogy a társadalom ellenséges, és hogy egyesek igazságtalan előnyöket élveznek a rendszerben, úgy tekinti, hogy őrá nem vonatkoznak a társadalom szabályai.

BESZÉDSTÍLUS

A Nyolcas beszédstílusát kötekedésnek hívják. A Kilencesek sagákat mesélnek neked, míg a Nyolcasok azt mondják: - Az a baj veled, hogy...

A humoruk könnyen lehet szadista és provokatív. Az Egyes prédikál, a Kilences sagákat mesél, a Nyolcas pedig beléd köt. A Nyolcasok kötelességüknek érzik, hogy megmondják neked, mit tegyél vagy ne tegyél. Úgy érzik, hogy az ő dolguk az, hogy tudomásodra hozzák, mi jó neked, és mi a baj veled.

A Nyolcasoknak van egy olyan érzése, hogy mindig igazuk van, szemben az Egyesek morális egyenességével. Ha egy Nyolcas beléd köt, az felsőbbrendűségi érzésből fakad, és abból a hitből, hogy ők aztán tudják a dolgukat (kompetensek), emellett pedig még fizikai kényszert is éreznek a testükben arra, hogy uralkodó helyzetbe kerüljenek.

A CSAPDA

A Nyolcas csapdája az igazságosság. Mivel gyerekkorukban rosszul bántak velük, a Nyolcasok a gyengékért harcoló bajnokok lettek. Az igazság nevében harcba szállnak a hatalmi rendszerrel. Képesek kormányokat megdönteni az igazság nevében. Miközben gyakran igazán jó munkát végeznek az igazságosság érdekében, ugyanezen szolgálat öngazoló vonásai a fixációjukat táplálják, és lehet, hogy még mélyebb álomba ringatják a Nyolcasokat.

AMIT KIVÉDENEK

A Nyolcasok a gyengeséget kerülik el. Mindig úgy viselkednek, mintha értenék a dolgukat, hogy elkerüljék a gyengeséget. Egy Nyolcas mindig tudja, hogy most dolgozik önmagán, ha megengedi magának, hogy egy társasági vagy munkahelyi helyzetben gyengédnek mutakozzék. A Nyolcas hozzáállása ez: „Értem a dolgom, rátermett vagyok. Nem vagyok gyenge. Kézben tudom tartani a helyzetet.” Egy Nyolcasnak általában jócskán kell dolgoznia magán, amíg hajlandó lesz sebezhetőnek és érzékenynek lenni, és megadni magát a pillanatnak, ahelyett, hogy uralni próbálná.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

A Nyolcas védekező mechanizmusa a semmibe vevés, letagadás. Ez kétféleképpen működik. Az első az, hogy letagad minden bűnt, és valaki másra vetíti ki, azt hibáztatja érte. A második eset pedig az, ha a Nyolcasnak erős érzései, érzelmei vannak, de semmibe veszi őket, nem is tud róluk. Gyakran azért tagadja le az érzéseit, mert a gyengeség, sebezhetőség vagy bűn jeleinek tekinti őket. Ez a tagadás azért jött

létre a Nyolcasokban, mert gyermekkorukban helytelenül büntették őket, és ezért úgy érzik, hogy egy ellenséges világgal szemben védik magukat.

A Nyolcas karaktere alatt egy gyengéd, édes ijedt kis gyerek van, aki kénytelen volt felölteni a harcos nehéz álarcat. Az az alapállás, hogy hozzáértőnek mutatja magát, és letagadja az érzéseit vagy hibás tetteit, mind annak a stratégiának részei, amellyel a rémületet és a dühöngő haragot próbálja kezelni.

A VÉGLETEK

A Nyolcas végleteit puritán-hedonistának hívják. Ez az ellentétpár a túlzások kifejeződése különböző stílusokban. Mint az összes fixációnál, itt is mindkét véglet jelen van valamennyire.

Egy puritán Nyolcas azt a benyomást kelti mindenkinben, aki ismeri, hogy mániákus munkakényszere van. Az, hogy tovább és keményebben dolgozik, és korábban kel, a túlzó hajlam jele lehet, amit a puritán Nyolcas a mások fölötti hatalom elérésére használ fel. Több dolgot szoktak csinálni egyszerre, és ezáltal az idő korlátai ellen harcolnak e típus tagjai. Munka után sokan közülük keményen isznak és sokat dorbézolnak, és mindenki másnak hedonistának tűnhetnek.

A hedonista (életélvező) Nyolcas stílusához tartozik, hogy nem azzal hengeg, milyen keményen dolgozik, hanem hogy milyen sokáig maradt ki tegnap éjjel. Büszke arra, hogy nem kell túl sokat dolgoznia, és így több ideje marad bulizni.

Mint az összes fixációban, a Nyolcasokban is állandóan jelen van az ellentétpár mindkét véglete, de az egyik mindig a fő stílussá válik, és ezt mutatja ki a világ felé. Bármelyik is ez, a Nyolcas uralomra tör vele, hogy érzékenységét leplezze, és felsőbbrendűségét igazolja.

Megjegyzés:

Az angol lust szónak, amely a Nyolcas szenvedélyét jelöli, többféle jelentése is van. A fő jelentése valóban a 'kéjvágy', de emellett 'vágyakozást', 'erős vágyat', 'életéhséget' és 'sóvárgást' is jelenthet. A Nyolcas különböző változatainál más-más jelentés dominál ezek közül.

- a ford.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: AZ ELÉGEDETT TÚLÉLŐ

Amikor az életéhség szenvedélye a létfenntartó ösztönbe árad, ezt nevezik a kielégítő túlélésnek. Ha a túléléshez szükséges alapvető szükségletei megvannak, a létfenntartó Nyolcas úgy érzi, minden oké. Ez a keménykötésű túlélők pontja. Ezek az emberek élvezik, ha a társadalom szokásain kívül élhetnek. Örömeiket lelik abban a tudatban, hogy senkire sincs szükségük az önfenntartásukhoz.

Egy Nyolcas, aki a hatvanas években pincérként dolgozott és jó pénzt keresett vele, egy keménypapír bodegában élt a hátsódudvarban. Két évig élt így. Volt benne tévéje, fűtése, minden alapszükségletét biztosította, és igazán élvezte ezt a helyzetet.

Amikor meséltem róla egy workshopon, egy másik létfenntartó Nyolcas azt mondta: - Tudjátok, az enyém nem játékbodega volt, de én is éltem egy farostlemez kunyhóban valakinek a hátsódudvarában, és csak a borotválkozáshoz használhattam áramot.

Mialatt elmondta ezt a sztorit, csak úgy dagadt a büszkeségtől, és az egész szobát megtöltötte az energiájával, miközben a saját viccein nevetett. Azt mondta, hogy azért szeretett így élni, mert ezzel legyőzte a rendszert. Büntetlenül tudott csinálni valamit, ami jó mulatság is volt, és sikeres teljesítmény is. Más Nyolcasok, akiket ismerünk, faházakban, autókban és garázsokban is laktak.

Egy másik Nyolcas ezt mesélte: - Én az idős jógamesterem garázsában laktam, és büszke voltam magamra, hogy egy szeméttartály tartalmából össze tudtam tákolni az ágyamat. Imádtam ezt a kalandot, és egy igazán takaros kis helyet rendeztem be ott magamnak.

SZOCIÁLIS: BARÁTSÁG

Amikor a vágyakozás a társas ösztönbe ömlik, ezt barátságnak nevezzük. Az ő esetükben a barátokhoz vagy néha bandákhoz való hűség az élet egyik fő témájává válik. Ha egyszer a barátaik listájára kerülsz, az egy életre szól. A szociális Nyolcasok sokat dolgoznak a kapcsolataik tisztaságán, és mindig készek összecsapásokra is, hogy tisztázzák az ügyeiket a barátaikkal. Ez minden Nyolcasra igaz, de különösen a szociális altípusra. Minden szociális altípus élvezi a tömeget. Ritkán látsz olyant, hogy egy szexuális altípus szervezne egy vacsorát féltucat barátjával.

Egy szociális Nyolcas azt mondta, hogy kosárlabdázni jobb, mint a szex. A barátság nekik sokkal fontosabb, mint a szexuális altípusoknak. Ha egy maffiafőnök szexuális Nyolcas, akkor hűséges ugyan az embereihez, de lehet, hogy egyikükkel sem barátkozik.

SZEXUÁLIS: BIRTOKLÁS - MEGADÁS

Valamennyi pont szexuális altípusai a párkapcsolatokat részesítik előnyben minden emberi kapcsolat közül, de a szexuális Nyolcas kimondottan birtokolni akarja a szerelmét. Az is jellemző lehet, hogy meg is tudja adni magát a kedvesének.

Ez nem jelent szükségszerűen monogámiát, vagy intenzív féltékenységet. Egy szexuális Nyolcas, ismerősünk, a nyitott kapcsolatáról számolt be: - Azért nem bánom, hogy a barátnőmnek más szeretői is vannak, mert úgy érzem, hogy annyira össze vagyunk kötve, hogy a többi partnerei nem veszélyesek a kapcsolatunkra. Egyszerűen nem hiszem, hogy valaha is el tudná foglalni valaki a helyemet.

A birtoklás-megadás úgy nyilvánul meg, hogy előbb teljesen birtokolni akarják a szerelmüket, azután pedig meg tudják adni neki magukat. Fontos nekik, hogy ki az úr, hogy ezzel elkerüljék az intimitás gyengéd, sebezhető érzéseire való kinyílást.

Egy szexuális Nyolcas férfi elmondta, milyen volt a szerelmi viszonya egy ugyanolyan típusú nővel. - A kapcsolatunk minden szintjén felmerült a kérdés, hogy ki van fölényben, a pénztől az ételen át a szexig. Ez a lány állandóan „csinált” nekem valamit. Virágokat vett nekem. Soha senkim sem volt, aki így udvarolt volna nekem, aki virágokat, cukorkát és ajándékokat vett volna nekem. Felismertem a saját viselkedésmintáimat, különösen azt, hogy a szexuális Nyolcas csábításában a birtoklás jut szerephez. Azelőtt sosem értettem meg, hogy az ajándékozás a birtoklás egy módja. Csak akkor értettem meg, amikor velem történt meg. Tökéletesen meglepett, mennyi agresszió lehet abban, hogy gondoskodunk valakiről.

PÉLDÁK

A fejletlen Nyolcasok a sovíniszta macho tipikus példái a társadalomban. Lee Marvin filmszerepei jól példázzák ezt. Az általa alakított karakterekben mindig van valami fenyegető vonás, közvetlenül a felszín alatt. Mindig veszélyes karaktereket játszott, akik mindent túlzásba visznek. Nehéz lenne őt elképzelni valami ártatlan, bájos szerepben.

A fejletlen Nyolcasok antiszociális, erőszakos és vakbuzgó személyiség megtestesítői. Jim Clark sheriff, aki a 60-as években hírhedt lett a fekete polgárjogi tüntetők verésével Selmában, Alabama államban, ilyen Nyolcas.

Jack Nicholson is Nyolcas, aki mindig Nyolcasokat játszik minden filmjében, legyen az az ördög, a maffia pofozóembere, vagy egy kalandor a Száll a kakukk fészkére c. drámában. Ez utóbbi Ken Kesey portréja egy Nyolcasról, akit csapdába ejt a gyengébbek iránti együttérzése, miközben megpróbálja legyőzni a rendszert.

A Nyolcasokat sok színész el tudja játszani. Steve McQueen Hatos volt, aki Nyolcasokat játszott. A Négyes Marlon Brando is rendszerint Nyolcasokat alakít. Clint Eastwood Egyes, és mindig Nyolcasokat játszik. Ha azonban megfigyeled az energiát, amit ezek a színészek jelenítenek meg a szerepeikben, azonnal feltűnik a különbség köztük és olyasvalaki között, mint például Jack Nicholson. (Ld. Ragyogás!)

James Caan-t, egy másik Nyolcast, egy talkshowban a „hőstetteiről” kérdezte a riporter. Azt is szóvá tette, hogy amikor legutóbb ott járt, megverte a parkolóőrt. Caan azonnal kész volt az önigazolással, és még enyhén kérkedett is a dologgal: - Igazán nem volt más választásom, mint hogy megüssöm azt a fickót.

Jerry Lee Lewis, az énekes-zenész, hedonista Nyolcas, akinek az unokatestvére Jimmy Swaggart prédikátor, egy puritán Nyolcas.

A nőknek nehéz Nyolcasnak lenni a társadalomban. Az uralkodást és a dühöt férfi szerepekként tartjuk számon, ezért ha egy nő hatalomról és hozzáértésről tesz bizonyosságot, akkor a társadalom nagy része elhúzódik tőle. Madame Blavatsky (a neves teozófus) és Frances Farmer (színésznő) a női Nyolcas példái. Sok erőteljes női Nyolcas van. Katharine Hepburn, Debra Winger és Mae West is azok, (valamennyien színésznők), és jellemző rájuk, hogy nem hajlandók a társadalom normáihoz hasonlulni.

Vannak olyan Nyolcas nők is, akik elrejtik magukat, és passzív, bájos, kedves szerepeket játszanak a felszínen, miközben a színpad mögött kiélik a kéjvágyukat.

Ismerünk egy 96 éves Nyolcast. Azt szokta mondani, hogy nem bírja a piszkos trükköket maga körül, allergiás rájuk. Aztán hozzáteszi: - Az ám. De azért csinálni szeretem őket néhanapján...

Ike, Tina Turner egykori férje is Nyolcas (meg Tina is!). Egyszer azt mondta egy riporternek: - Én semmit sem bántam meg, amit valaha is tettem, mert azok a dolgok tettek azzá, aki vagyok - és most nagyon tetszem magamnak... Igen, verem az asszonyt (Tinát), de nem többször, mint ahányszor az átlag férfi veri a feleségét. Az interjú közben egy barátnőjét simogatta, és szexuális hódításaival dicsekedett: - Hatéves koromban kezdtem nőzni. Tízszer voltam nős, először 14 éves koromban. Ike a gazdasági válság idején nőtt fel, egy prédikátor és egy varrónő gyerekeként, és már hatéves korától dolgozott. Többször megszökött otthonról, és iskola helyett egy strandra járt, ahol először ismerkedett meg a zenével. Állandóan megszegte a törvényt, és befutott sztárként is kemény kábítószeren élt. (Aztán meg börtönben.)

A Nyolcas karakter végletes karikatúrája az óriási, kövér gengszterfőnök Jabba a Csillagok Háborúja harmadik részében. Akármilyen gonosz és fékezhetetlen volt is, azért lehetett vele tárgyalni. Mint ahogy az ördög hagyományos figurája is minden rendelkezésére álló eszközzel megpróbál becsapni mindenkit, de ugyanakkor mindig állja a szavát.

A MAGASABB OKTÁV

A Nyolcas magasabb oktávja a Harcos. A szent eszme náluk az igazság, a hozzá vezető ösvény pedig az ártatlanság. Egy Nyolcas akkor van igazán az útján, amikor olyanná válik, mint egy kisbaba - frissé, előítéletek nélkülivé; amikor hajlandó megmutatni a gyengeségét, nem ragaszkodik hozzá, hogy mindig igaza legyen, és kész az igazat mondani.

A Shambhala: A Harcos útja, Chögyam Trungpa könyve írja le legjobban ezt az ösvényt, egy megvilágosodott nézőpontból. Mindenkinek ajánlom ezt a könyvet, aki a lényének ezt az oldalát szeretné fejleszteni, hiszen mindenki tanulhat minden ösvényből. A spirituális úton járó Nyolcasok pedig jövőbeli fejlődésük térképeként és útikalauzaként használhatják ezt a könyvet, melyet egy megvilágosodott Nyolcas írt.

A NYOLCAS PONT KÉRDÉSEI

1. Könnyűnek találod, hogy kifejezd a dühödet?
2. Tudod magadról, hogy megszeged azokat a szabályokat, amelyek szerinted nem érvényesek rád?
3. Mondták már neked, hogy túlságosan agresszív vagy?
4. Könnyen elunod magad?
5. Védelmezed a gyengébbek igazságát?
6. Azon kapod magad, hogy megtámadod azt a tekintélyt, amelyről tudod, hogy valamiképp csaláson alapul?
7. Könnyű szerinted kiszúrni valakinek a gyenge pontját?
8. Voltál valaha is verekedős vagy zsarnok?
9. Érzelsz kényszert arra, hogy a hozzád közel állóknak a tudomására hozd, mi a baj velük?
10. Non-komformistának tartod magad? (Eltérsz a társadalmilag elfogadott megszokástól?)
11. Nehezedre esik, hogy végrehajtsz utasításokat úgy, ahogy vannak, anélkül, hogy módosítanád őket?
12. Biztosnak érzed magad abban, hogy el tudod végezni a dolgodat?
13. Nehéznek találod, hogy kimutasd, ha sebezhetőnek érzed magad?
14. Hogyan válaszolna a partnered a fenti kérdésekre?

AZ URALKODÓ

AZ EGYES PONT - A TÖKÉLETESSÉGRE TÖRŐ TÍPUS

A BELSŐ DÜH-PONT

MAGASABB OKTÁVJA:	AZ URALKODÓ
SZENT ESZMÉJE:	A TÖKÉLETESSÉG
SZENT ÖSVÉNYE:	A NYUGODT MÉLTÓSÁG
ALSÓBB OKTÁVJA:	A TÖKÉLETESSÉGMÁNIÁS
	SZEMÉLYISÉG
SZENVEDÉLYE:	A DÜH
ESZMÉNYE:	HELYESEN VISELKEDEM
BESZÉDSTÍLUSA:	PRÉDIKÁLÁS
AMIT ELKERÜL:	A DÜH
VÉDEKEZŐ	
MECHANIZMUSA:	AZ ÉRZELMEK
	ÁTALAKÍTÁSA
CSAPDÁJA:	A TÖKÉLETESSÉG
VÉGLETEI:	RIDEG - ÉRZÉKENY

PÉLDÁK AZ 1-ESRE:

Mahátma Gandhi,
Lev Tolsztoj,
Abraham Lincoln,
Luther Márton,
Martin Luther King,
Robespierre,
Khomeini Ayatollah,
Margaret Thatcher,
Károly herceg,
John Lennon,
Clint Eastwood,
George Bernard Shaw,
Walt Whitman,
Ralph Waldo Emerson,
Ida Rolph

A Kilences befelé forduló változata az Egyes, amely igen érdekes düh-pont, mert a szenvedélye is, és az is, amit el akar kerülni, egyaránt a düh. Ez az egyetlen pont az Enneagramban, ahol a szenvedély és az elkerülés tárgya ugyanaz. Bizonyos értelemben ezek azok az emberek, akik behúzott fékkel autóznak az életükben.

Míg a Kilences elvesztette a személyes álláspontját, a Nyolcasoknak pedig erős saját álláspontja van mindenben, addig az Egyes a helyes álláspontot akarja elfoglalni, és így azért küszködik, hogy helyesen cselekedjen. Gyakran láthatsz Egyeseket bozontos

szemöldökkel és vékony ajakkal, melyeket dühükben és erköcsi fennsőbbrendűségük tudatában összeszorítanak.

Ha a Nyolcasok a rossz fiúk és rossz kislányok, akkor az Egyesek a jó fiúk és jó kislányok. Bár düh-ponthoz tartoznak, ritkán látni egy Egyesét úgy feldühödni, mint egy Nyolcast. Ha dühkitörésük van, utána mindig megfontolják magukban, hogy helyesen cselekedtek-e.

Az Egyesek az erköcsi prédikátor helyzetét foglalják el; Billy Graham és Jerry Falwell hittérítők is Egyesek. Az Egyesült Államok Egyes ország volt, amikor először betelepültek a fehér telepesek. A protestáns munkaetika és a kálvinista nézőpont az Egyes stílushoz tartozik.

Az Egyesek tökéletesnek látszanak, bármit is tesznek. Van egy barátnőm, aki egy egyszerű, rusztikus faházban lakott Oregonban. Ő is Egyes. Tökéletes anya, tökéletes feleség. Áram és folyóvíz nélkül élt a házában. A férjével együtt fát kellett vágnia, hogy azzal fűthessenek. Alig volt pénze. Mégis, ha otthonukba látogattam, minden tökéletesen a helyén volt. Friss kenyér sült a kemencében, minden kis zug makulátlanul kisöpörve. Akár a földről is lehetett volna enni. Maga volt a tökéletesség. A tökéletességre törekvő karakter megnyilvánul mindenben, amit az Egyes tesz.

Ne feledd, hogy a düh először testi érzésként nyilvánul meg. Az Egyesek egész személyisége a düh érzése köré épül fel, hogy megtalálja a düh értelmét. Számukra dühbe gurulni elfogadhatatlan, mert ez a kontroll elvesztését jelenti. Ráadásul a dühüket annak jeleként is értelmezik, hogy ítékeztek mások fölött, tehát ők maguk sem tökéletesek. Gyakran nem fejezhetik ki nyilvánosan a dühüket, mert az udvariatlanság lenne.

A többi kényszeres-mániás (düh-)ponthoz hasonló módon, a problémák az idő, a szemet és a pénz körül csúcsosodnak. Ezek közül pedig amelyik körül éppen a családi konfliktus zajlott gyermekkorukban, az fog visszatérő problémaként megjelenni felnőttkorukban is.

A tisztaság fontos ügy az Egyesek számára. Általában szélsőségesen tiszták, inkább síkálnak, mint hogy csak rendet csinálnának. Amikor Svájcban utaztam, ahol szintén Egyes kultúra van, észrevettem, hogy Zürich repterének a padlója tisztább, mint egy élelmiszerbolt otthon Kaliforniában.

Az Egyes dühbe gurul, aztán önmagát hibáztatja. Nem tudja, hogyan fejezze ki megfelelő módon a haragját. A bűnbánó vezeklés a katolikus hagyományban, amikor a rosszasságuk miatt büntetik magukat az emberek, jellegzetes Egyes koncepció. Vannak olyan karikatúra- és rajzfilmfigurák, akiknek egy anyyalka ül az egyik vállán, és egy kisördög a másikon. Ez az elképzelés valóságosabb az Egyesek szemében, mint bárki máséban. Vannak Egyesek, akik még azt is meg tudják határozni, melyik „hang” honnan jön. Olyan érzésük van, hogy a lelkiismeretük szemmel tartja őket valahonnan.

James Madison az Egyes álláspontját fogalmazza meg a Szövetségi Okmányok 51. jegyzetében; „Ha az emberek angyalok lennének, semmilyen kormányra nem lenne szükség... Ha viszont egy kormányt állítunk fel, amelyet emberek fognak irányítani más emberek fölött, a legnagyobb nehézség ez; először fel kell hatalmazni a kormányt, hogy a népet kontrollálhassa, azután pedig arra, hogy önmagát is kontrollálja...”

A düh szarkasztikus megjegyzésekben törhet ki. Ettől hiperkritikus és önkritikus az Egyes. Ugyanez teremti meg a paszív-agresszív viselkedést is. Amikor pedig a jövőbe vetíti ki a dühét, akkor aggodalomként nyilvánul meg.

Az Egyesek mindenben aggódnak. „A világ egyre pokolibb lesz.” „Nem lesz elég pénzünk öreg napjainkra.” „Mi ez a fájdalom a bal oldalamban?”

Az Egyeseknek gyakran igen jó testtartása van, keskeny ajka, és sűrű szemöldöke. Mások néha úgy érzik, hogy az Egyesek föntről néznek le rájuk. Bernard Show-nak klasszikus Egyes arca volt; keskeny ajkú, és a szemöldöke alól ítélkező szemekkel nézett másokra. A nők jogainak harcosa volt messze azelőtt, hogy ez a divatba jött volna. Pygmalion c. színdarabja, amely a My Fair Lady c. musical alapja lett, egy ügyes komédia, amelyben a főszereplő előszed egy külvárosi madárkát, és a csúcsra juttatja. Ez nemcsak egy Egyes satirikus látásmódját tükrözi a finom társaságról, hanem a férfi Egyesek végleit is, amint a nőket vagy mint lotyókat, vagy mint Madonnákat látják. Igazi tiszteletre is képesek, de gyakran rengeteg rosszindulatot is hordoznak magukban a nőkkel szemben. Mint Dr. Jekyll - Mr. Hyde, sok Egyes is mindent ellentétes végletekben lát.

Az Egyesek erős libidója valamelyest elrejtőzik a szuperegójuk (maguk fölé kivetített uralkodó énjük) elől, - a szexualitás titkos kertjét hozza létre. Lehetnek szenvedélyes ösztönlények a hálószobában, miközben utálják kimutatni a vonzalmukat.

A Keserű aratás c. lengyel filmben is egy Egyes portréját láthatjuk. A főhős egy kilépett pap, aki a Második Világháború alatt földműves lett. Vidéki háza pincéjében egy zsidó asszonyt rejteget a náci megszállás alatt. Azért teszi, mert erkölcsileg ezt tartja helyesnek. Ugyanakkor viszont van a helyzetnek némi szexuális töltése is. Egyfelől erkölcsös és igazságos akar lenni, és meg szeretné védeni a nőt, másfelől viszont kéjvágyat érez iránta. Leissza magát, és lemászik a pincébe, hogy szexuálisan ostromolja a nőt, reggelre pedig elfelejti az egészet. Kathleen Speeth egyszer megállapította, hogy az Egyes szuperegója jól oldódik alkoholban.

A kreativitás és a szexualitás is a dühvel kötődik össze bennük. Amikor az Egyes el tudja fogadni, hogy ki szabad fejeznie a haragját, akkor egyben a kreativitása és a szexualitása is felszínre kerül. Amíg viszont elnyomja a dühét, a szexuális energiájával és a kreativitásával is gondok vannak. Az elfojtott düh gyakran betegséget okoz.

Az Egyesek jó üzletemberek kisvállalkozásokban, de magánvállalkozóként és orvosokként is sikeresek. Egy kis bolt, amelyben a tulajdonos keményen dolgozik, és boldogul is, igazi Egyes stílus. Az Egyeseknek nagyon nehéz bürokratikus keretek között dolgozni, mert nehezen alkalmazkodnak, ugyanakkor erős morális nézeteik vannak, melyek összeköthetnek a rendszerrel, mert készek harcolni azért, amit helyesnek hisznek.

Az Egyeseknek általában igen kötött izomzata van. Egy Egyes felesége ezt mesélte: „A férjemnek két évig tartott, amíg megtanulta a fél-lótuszülést, pedig minden nap dolgozott rajta.”

Az Egyesek pedáns, helyénvaló, néha prűd viselkedés képét vetítik ki. A legtöbb kívülről észre sem veszi, hogy belül van egy rejtett világ is. Amsterdam Egyes város. Svédország, Hollandia és Svájc Egyes országok. A svájci kantonok, a kis földművesek és a demokrácia tisztelete az Egyes kultúra példái. Minden Egyes kultúrában van egy tiszta, pedáns, prűd külső kép a felszínen, ugyanakkor elfogadtak a bordély-negyedek, és a szabadgondolkodást idealizált tisztelet övezi. Amsterdam is toleráns a marihuánával és az ellenkultúra életmódjával kapcsolatban.

Az Egyesek lehetnek szónokok, papok, prédikátorok, moralisták éppúgy, mint társadalom-reformerek, mint Gandhi, vagy Martin Luther King.

A SZENVEDÉLY / AMIT ELKERÜL

Az Egyes a legvégletesebb az összes pont közül. A szenvedélyük és amit elkerülnek: a düh. Mivel a csapdájuk és a szent eszméjük is a tökéletesség, az Egyes a legellentmondásosabb karakter.

Az Egyeseknek idealizált képe van arról, hogyan mehetnének tökéletesen a dolgok. Észrevesznek minden tökéletlenséget, és bosszúsak lesznek. Ez a bosszankodás harapós, szarkasztikus humorban törhet ki. Az Egyesek mindig egy kicsit dühösek. A düh hiperkritikusságban nyilvánul meg, és gyakran izomfeszültségeket okoz. Az Egyesek nagyon kritikusak önmagukkal szemben. Az Egyes az Enneagram legerősebben önbüntető pontja.

Ha a Kilences dühös, akkor öntudatlanságba menekül; a Nyolcas dühöngésben tör ki; az Egyes viszont érzi a dühét, de ugyanakkor megpróbálja elkerülni. Emiatt a kettősség miatt a szuper-egó kezeli a dühöt, és az dönti el, hogy helyes-e dühösnek lenni ebben a helyzetben. A szuper-egó a döntőbíró. Ő hozza az ítéletet, hogy a düh, vagy bármely érzés, gondolat vagy viselkedés helyes-e.

Amikor a düh felébred a testben, és a szuper-egó úgy dönt, hogy most nem helyes dühösnek lenni, akkor az Egyes nem fejezi ki, hanem tartogatja a dühét, és bosszankodik. Ha viszont az Egyes talál valamit, ami nem tökéletes, akkor rázúdíthatja a haragját.

Az Egyes telepatikus képessége arra irányul, hogy észrevegye, mivel van baj. Ismertünk egy áruházi detektívet. Csak ránézett valakire, aki elment előtte, és már tudta, hogyha valami elrejtve az illető ingje alatt.

GYERMEKKOR

Ez a tökéletességre vágyó típus pontja. Gyerekkorukban az Egyeseket helyesen és következetesen büntették. A rossztetteikért büntették, és a jótetteikért jutalmazták őket. A következetlenül büntető szülők Nyolcas gyereket eredményeznek, a következetesek Egyest. Ezért az Egyesek hisznek benne, hogy ha helyesen cselekszenek, akkor jutalomban lesz részük, ha pedig helytelenül, akkor büntetésben.

A dühöt anélisan hordozzák a testükben. Gyerekkorukban, mint mindenki, elvesztették a bilire szoktatás csatáját. Gyakran a bilire szoktatás elleni tudatalatti, kifejezetlen düh ennek a fixációnak a gyökere. Az Egyesekkel folytatott terápiás munkámban kétségkívül felfedeztem, hogy el kell lazítaniuk az anusz körüli izmok feszültségeit. Itt kezdődik ugyanis a feszültség a testben. Utána áttérjed az állkapocs feszültségére, mint Clint Eastwood-on is láthatjuk, és aztán az egész izomzat elmerevedik.

Az Egyesek gyerekkorában gyakran az egyik szülő volt a domináns, a másik szülő a háttérbe szorult.

AZ ESZMÉNY

Az Egyesek eszménye: „Helyesen viselkedem”. A tökéletességet idealizálják magukban, amely erős, belső részükké vált erkölcsi szabályrendszerben nyilvánul meg.

A klasszikus Egyes történelmi korszak a viktoriánus Anglia kora, ahol szoknyát húztak az asztalok és székek lábára, hogy elrejtse az illetlen látványt, miközben az angol

nyelven valaha is íródott legjobb pornográfia született ugyanott. Az Egyesek gyakran lesznek cenzorok, akik a disznó filmeket nézik naphosszat, hogy eldöntsék, mi a megengedhető a nagyközönségnek, és mi nem.

Milton Erickson, a nagy hipnotizőr és pszichiáter, úgy tekintette a kliensei haját, mint a szexuális én-képük kifejeződését. Úgy szemlélte a hajápolást, mint a páciens saját nemi szervéhez való viszonyulásának szimbolikus kifejeződését. Nos, az Egyeseknek majdnem mindig rendezett haja van. Igazából sok fodrász is Egyes. Megfigyelhetjük, hogy az Egyeseknek sisak-szerű frizúrája van. Olyan benyomást keltenek, mintha akár egy teherautó nyitott hátulján is utazhatnának, és egy hajsáluk sem kócolódna össze. Az angol miniszterelnök, Margaret Thatcher is jó példája ennek. Olyan a frizúrája, mintha eltörne, hogyha el találna esni.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

Minden pontnak megvan a maga védekező mechanizmusa, amelynek túlzásba viszi a használatát. A Kilences számára ez a narkotizálás, mégpedig bármivel - beszélgetésekkel, drogokkal, étellel, eszmékkel stb. Az Egyesé az érzelmek átalakítása. Ez azt jelenti, hogy amikor egy érzelmi impulzus feljön a tudatalattijukból, megváltoztatják, mielőtt még elérné a tudatosság szintjét.

Talán túlegyszerűsített, de jellemző példája ennek a folyamatnak a kisfiú esete, akit a pap rajtakapott a maszturbáláson. A pap azt mondta: - Ha valaha is maszturbálni támad kedved, imádkozz. - Így aztán a kisfiúnak nemsokára nem lesz már kedve maszturbálni, csak imádkozni. Amikor feljön a készlet, hogy maszturbáljon, már a tudatalattija küszöbén átformálódik, és úgy merül fel a tudatába, mint az imádkozás szükségletének érzése.

Az Egyesek háza előtt gyakran szinte katonás rendben van a gye. Soha semmi buja burjánzás. Szépen rövidre van vágva, esetleg mértani formákra.

Az érzélem-átalakítás egy másik példája akkor jelentkezik, ha egy Egyes szörnyen túldolgozta magát. A pihenés és a kikapcsolódás igényének érzése helyett úgy érzi, hogy még többet kell dolgoznia. Az Egyesek szeretik szorosan megtervezni, megszervezni az életüket.

Egy Egyes férfi azt mondta egy csoporton, hogy ő bizony rengeteget pihent élete egy bizonyos szakaszában, került a munkát, és nem törődött a karrierjével, sem a hivatásával. Amikor tovább kérdeztük erről, kiderült, hogy akkoriban több részidős állásban is dolgozott, közben pedig egyetemre járt.

Egy másik Egyes azt mondta: - Nekem nagy erőfeszítésbe kerül a nyaralás. Tényleg, nagyon nehéz nekem csak ott lenni, és semmit se csinálni. Nem szeretem.

Sosem láttunk Egyeseket semmittevés közben. Legalább könnyűbúvár-leckéket vesznek, vagy hatkor felkelnek teniszezni. Ha egy kis szigetre mennek, úgy érzik, két nap alatt mindent látniuk kell az egész szigeten. Az egyik fő jellemvonásuk az, hogy gyűlölik vesztegetni az időt. Az idő náluk kényszeresen összekötődik a tekintély és a kontroll kérdésével.

Minden pontnak adhatunk valamilyen tanácsot, anélkül, hogy minősíteni akarnánk. Az Egyesek számára az a jótanács, hogy lazítsanak, menjenek szabadságra, még ha úgy érzik is, hogy nem érdemelnék meg.

Az egyik Egyes asszony arról panaszkodott, hogy a férje egy hathetes nyaralásra vitte Thaiföldre, ahol napokig a parton kellett hevernie. „Szörnyű élmény volt!” - tette hozzá.

BESZÉDSTÍLUS

A beszédstílusuk neve prédikálás. Ez megjelenhet mint erkölcsi prédikáció a szószékről, vagy mint egy röpirat, amely a kormányt bírálja, vagy egy előadás arról, hogy ho-

gyan lehetnél tökéletesebb társ vagy gyerek. A prédikálás stílusát felfedezhetjük az erkölcsi felsőbbrendűség éreztetésében, vagy valami más alsóbb/felsőbbrendűség-játszmában, amikor esetleg kissé leereszkedően bánik veled egy Egyes.

A CSAPDA

Az összes kényszeres (düh-)pontban testi érzésként kezdődik a düh, aztán világszemléletté kristályosodik. Az Egyes számára ez a látásmód úgy jelenik meg, mint vágy a megszelídítetlen, vad dolgok uralására, a természet fölötti uralom megszerzésére. Sok Egyes szerint szebb egy jól gondozott farm, mint egy liget. A tökéletesség csapdája a Tökéletesség Szent Eszméjével áll ellentétpárban. Mint csapda, a tökéletesség racionálisan kiagyalt eszme csupán, amely a világot próbálja kontrollálni. A tökéletesség csapdája az a vágy, hogy megfékezze, legyőzze a természetet, és ezzel tökéletessé tegye. Az Egyesnek az a csapdája, hogy muszáj tökéletesnek éreznie magát, és ez feldühíti. Miután elítélte magát a tökéletlensége miatt, ugyanezt az érzést kivetíti a világra is, és dühös lesz, mert tökéletlennek látja a világot.

A VÉGLETEK

Az Egyes végletei a Rideg és az Érzékeny. Mint minden fixációnál, itt is mindkét véglet jelen van. Megfigyelhetjük, hogy ez a Nyolcas puritán-hedonista ellentétpárjának a változata. Az Egyes különböző helyzetekbe kerülhet élete során, innen erednek a karakterváltozatok különbségei. Vannak olyan Egyesek, akik lágyabbnak tűnnek, és érzelmileg is érzékenyebbek, talán mert közelebb állnak a stresszben felvett helyükhöz, a Négyes melankóliájához. Mások viszont katonásabbak az egész lényükben, testhelyzetükben, és érzelmeikben is.

ALTÍPUSOK

Mivel az Egyes és a Nyolcas a Kilences változatai, az altípusok a hasonlóságokat és a különbségeket is tükrözik. A létfenntartó Kilences neve étvágy, az önfenntartó Egyesé az aggodás. A létfenntartó Nyolcas típusa az elégedett túlélő. Egy hasonló alaptéma változatait figyelhetjük meg mindegyiknél a világban való fennmaradást célzó attitűdökben.

LÉTFENNTARTÓ: AGGÓDÁS

A létfenntartó Egyes számára az aggodalom a jövőbe kivetített düh. Megelőzésre használja az aggodalmat. Úgy tűnik, mintha azt hinné, hogy ha mindenre gondol, ami esetleg tönkremehet, és eleget aggódik miatta, ez majd elhárítja a bajt. Így vetíti ki a dühét a jövőbe.

Ez a Hetes pont „mágikus gondolkodásának” egy változata. Van is összeköttetés az Egyes és a Hetes között. A Hetes módszere az, hogy „maradjunk csak feldobottak és

könnyedek, ne gondoljunk semmi bajra!". Az Egyesé viszont: „Ha minden lehetséges negatív következmény miatt gondban vagyok, akkor el tudom kerülni a bajt, mielőtt tényleg megtörténne!"

Egy önfenntartó Egyes nő mesélte egy csoporton, hogy elment egy látnokhoz, aki azt mondta neki, hogy legalább 90 éves koráig fog élni. Ez alaposan feldühítette, mert hirtelen teljesen új módon kellett aggódnia a jövője miatt: - Hogyan fogok majd gondoskodni magamról kilencvenéves koromban?

Ez az aggodalom megváltoztatta az egész életét. Máshogyan kezdett pénzt keresni, és takarékoskodni is. Amikor utoljára láttuk, már megtette az összes szükséges változtatást és átütemezést, de még mindig aggódott a jövő miatt.

Egy jó barátom, aki szintén létfenntartó Egyes, rendkívül sikeres orvos volt a San Franciscó-i öböl környékén. A negyvenes éveiben jár, és van egy ötéves kislánya. Komolyan aggódik a kislánya jövője miatt. Hogy biztosíthassa a számára az anyagi jólétet, elköltözött San Franciscóból Tennessee-be. Utálta ugyan a helyet, és úgy érezte, nem tudja itt kihasználni a képességeit, viszont olcsóbban tudott megélni, és többet is keresett. Csinált magának egy tízéves tervet. Eszerint tíz, esetleg tizenöt év alatt elegendő pénzt fog csinálni ahhoz, hogy visszatérjen majd San Franciscóba, ahol valójában élni akar.

SZOCIÁLIS: ALKALMAZKODÓKÉPTELENSÉG

A szociális Egyes neve alkalmazkodóképtelenség. Ők a nonkonformista társadalom-reformerek. Martin Luther King, a feketebőrű prédikátor, jó példája ennek az altípusnak.

Olyan emberek ők, akik készek kiállni az erkölcsi szabályaikért. Ugyanakkor ők azok is, akik nem akarnak, vagy nem hajlandóak alkalmazkodni a bürokratikus szabályokhoz vagy társadalmi törvényekhez. Készek harcba szállni az erkölcsi meggyőződéseik mellett. Hisznek benne, hogy ők erkölcsileg helyes álláspontot foglalnak el, és keresztes lovagokként harcolnak érte.

SZEXUÁLIS: FÉLTÉKENYSÉG

Amikor a düh a szexualitás területére zúdul rá, akkor mint féltékenység nyilvánul meg. A féltékenység az az érzés, hogy valaki más tönkretelheti a „tökéletes egységünket". Ezen altípus szexuális kapcsolataiban egyszerre van jelen a tökéletesség érzése, és az, hogy valaki más megronthatja ezt. Egyszer egy koktél-partin beszélgettem egy különlegesen megvilágosodott, intelligens, ragyogó, fejlett szexuális Egyessel. Egyszer csak észrevette, hogy a felesége egy másik férfival beszél a terem másik felében. Nyilvánvalóan észrevehető volt a szemében és a hangszíneben az érzelmi reakció. A féltékenység amiatt, hogy valaki megzavarhatja a partnerével való egységét, gyakran a szexuális Egyes automatikus reakciója. A féltékenységekben a szexuális ösztönön keresztül a düh fejeződik ki.

PÉLDÁK

Az Egyesült Államok alapító atyái jó példái ennek a karakterfixációnak. Az erkölcsös egyenességet és tisztaságot éppúgy érezhetjük bennük, mint a vallási és gondolatszabadság igényét. Ebben a korban mindenki azt gondolhattott, amit csak akart. Hihetett is abban, amiben akart. Ugyanakkor viszont volt egy helyesnek tekintett

viselkedésmód. Ez volt az utópista gondolkodás ideje. Az Egyesekben vannak bizonyos szentimentális vonások, és ez gyakran utópizmusban nyilvánul meg. Az 1800-as években sok kommuna virágzott fel az Egyesült Államok keleti vidékein. A karizmatikus vezető szinte mindig egy Egyes volt.

Emerson is jó példa. Az Egyesek sok röpiratot szoktak írni. Emerson is lázító iratokat írt, de a valóságban nem ment el lázadást szítani, az már inkább Nyolcas stílus lett volna. Az Egyesek nagyon szabad gondolkodók, akiket a közvélemény egyáltalán nem ingat meg a saját véleményükben, és a tudatuk mélyén mindig valamilyen utópista fantáziaképet hordoznak. Általában hisznek abban, hogy ha mindenki felkötné a gatyáját, akkor jól élhetnénk a világban.

Ida Rolf, a világhírű Rolfing-terápia megalkotója, a tökéletesség-imádó nézőpontjából kiindulva hozta létre a módszerét. Ha csak meglátott valakit az utcán sétálni, már meg tudta mondani, hogy az illetőnek melyik izmával van baj, és hol van elakadva a mozgása. De mindig ebből a nézőpontból nézett mindenkit: nem annyira annak a lehetőségét látta, hogy hogyan mozoghatna helyesen, hanem azt, hogy mi a baj vele.

Az egyik volt tanítványa ezt mesélte: - Sosem hallottam, hogy azt mondta volna egy tanítványnak, hogy jól csinál valamit. Ha a tréningjén voltunk, reggel mindenkit felsorakoztatott alsóneműben, és a sor elejére állította a legjobb medencecsont-tartásúakat, a sor végére pedig a „legrosszabb medencéjűeket”. Végignézett a soron, és átrendezte: „Te ott! Menj hátrább két hellyel!”. Azt pedig sosem mondta senkinek, hogy „Igen, ez jó munka volt!”. Csak a tökéletesség érdekelte.

Az Egyeseknek gyakran vannak problémáik izomfeszültségekkel, fejfájással, a lábukkal, az ízületekkel, reumával.

John Lennon-nak is az Egyesre jellemző gondterhelt, sűrű szemöldöke és keskeny ajka volt. A dalaiban is sok térítő és prédikáló hajlam tükröződik. A női egyenjogúságnak is elkötelezettje volt. Élete utolsó szakaszában férji mivoltáról prédikált. Háborúellenes demonstrációja, amikor Yoko Onó-val ágyban vetették fel magukat a tévékamerákkal, klasszikus Egyes megnyilvánulás.

Hugh Hefner, a Playboy létrehozója is Egyes. Az egész Playboy-filozófia a kiretusált, „tökéletes” nők álmképével nagyon is Egyes szemlélet. Közismert kép, amint Hefner pizsamában, pipázva, papucsban csoszog mindenfelé. A nyuszik idealizált, tiszta, jólfésült lányok.

A Playboy úttörője volt a társadalmi különállásnak, azáltal, hogy erősen kiállt erkölcsileg a sajtószabadság, a vallásszabadság és a gondolati szabadság mellett. Ez a szabadgondolkodás. Hefner a Playboy-filozófiáról prédikál. Állandóan társadalmi kérdésekkel foglalkozik. Külsejében is a középnegyati üzletember típusa, keskeny ajakkal, dús szemöldökkel, komolyan gondterhelt tekintettel és erősen feszült állkapoccsal.

Clint Eastwood szintén Egyes; a filmjeiben Nyolcasokat játszik, de az alakításában sosem a dühöngésből, hanem az erkölcsi felsőbbrendűségéből indul ki.

Khomeini Ayatollah puritán fundamentalista erkölcsi alapállásból vezette Iránt. A mezei prédikátor östípusa volt.

Károly herceg szociális lázadása abban nyilvánul meg, hogy támogatja az akupunktúrát és az alternatív gyógyászatot Angliában. Gondoskodó, szilárd, erkölcsös ember.

Harry Truman a rövidárúkereskedő típusa, a kisvállalkozó, aki sokra viszi.

Ed Koch, New York polgármestere is az Egyes példája. Imád gúnyolódni. Nem alkalmazkodik senkihez. Önmaga főnöke. Beszédet mondott New Hampshire-ben (egy olyan helyen, amely büszke arra, hogy nincs áruforgalmi adója), és magasabb adókat követelt. Utána nevetett, és valami ilyesmit mondott: - Mit szóltok hozzá, hogy magasabb adókat akarok egy olyan helyen, ahol egyáltalán nem hisznek az adókban? Ezt legalább háromszor megismételte, felhergelve a tömeget. Íme, a szarkazmus és az éles, csípős humor, amely az Egyeseket jellemzi.

Vannak olyan Egyesek is, akik etikettet, társasági szabályokat és helyes viselkedést tanítanak hivatásszerűen.

Robespierre is Egyes volt. A Danton c. film az Egyes Robespierre és a Nyolcas Danton közötti konfliktust mutatja be. Robespierre morális keménysége végül a rémuralomhoz vezetett.

A MAGASABB OKTÁV

Az Egyes magasabb oktávja az Uralkodó. Ő az, aki minden pillanatban felismeri a tökéletességet. Ezért csendes és méltóságteljes. A csendes méltóság pedig lehetővé teszi, hogy Úgy irányítsa az energiák áramlását, hogy ezzel még tökéletesebb harmóniát hozzon létre.

A Tökéletesség szent eszméje és a csendes méltóság útja válik a szenvedélyes düh feloldásává. Ne feledjük, hogy az Egyesnél a tökéletesség a csapda, és a tökéletesség a szent eszme is. Ugyanígy a szenvedélye a düh, és az is, amit leginkább el akar kerülni. A tökéletesség vágyának csapdája a harag igazolásává válik, amikor mindent észrevesznek a világban, ami nem tökéletes, és dühösek lesznek miatta. A Szent Eszme szintjén azonban az Egyes felismeri, hogy a világ úgy is tökéletes, ahogy van, és ez csendes nyugalmat vált ki belőle. Ez az az uralkodó, aki aztán nagy felhajtás nélkül tud cselekedni.

Alacsonyabb formájában a tökéletességvágy csapdája neurotikus, kényszeres, ideges energiát hoz létre, és a kontroll igényét. Az Egyes erős képet hordoz magában arról, hogy hogyan kellene lenni a dolgoknak, s emiatt nem veszi észre a pillanat valódi tökéletességét. Az Egyesnek idealizált képe van a jövőről, ami a Hetes ponttal való kapcsolatából fakad.

A fejlett Egyes számára az időkonceptió a trükk. Alacsonyabb szinten az idő korlátozott, és a kontroll eszköze, itt azonban a szövetségesünké válik, mégpedig abban, hogy a tökéletesség látomását valósíthassuk meg, harmóniában az Egésszel.

AZ EGYES PONT KÉRDÉSEI

1. Észrevetted, hogy néha visszatartod a haragodat, mert nem lenne helyes dühösnek lenni ebben a percben?
2. Tökéletességre törekszel?
3. Úgy érzed, hogy éles, szarkasztikus humorérzéked van?
4. Mérges leszel, ha nem minden tökéletes?
5. Gyakran érzel magadon nyomást azért, mert nincs elég idő mindenre, amit meg kéne csinálni?

6. Megszállottan dolgozol, tovább és keményebben, mint mások körülötted?
7. Világosan látod a különbségeket jó és rossz, fekete és fehér között?
8. Fontosnak találsz, hogy tudasd másokkal az életre vonatkozó erkölcsi nézeteidet?
9. Gyakran vádolsz magad azért, mert nem vagy tökéletesebb?
10. Úgy tűnik, hogy többet aggódsz, mint a legtöbb más ember?
11. Érzelsz magadban puritán vonásokat?
12. Hiszel abban, hogy kemény munkával mindenki javíthat magán?
13. Túl durva dolog a szexuális intimitás ahhoz, hogy valaha is nyilvánosan kimutathassuk?

A HISZTÉRIKUSOK - AZ IMAGE-PONTOK -

A hisztéria-pontoknál a fixáció az érzelmi testben kristályosodott ki. A hisztéria (hysteria) szó az 'anyaméhet' jelentő görög szóból ered. Egy túlemocionált személyiségben, ahol az érzelmek egyensúlyukat veszítették, ezt a tünetcsoportot nőies jellegűnek találták a szó megalkotói. Bár a nyugati civilizáció inkább nőies stílusnak tekinti a Kettes és Négyes pontot, az összes többi ponthoz hasonlóan ezeknek is éppúgy vannak férfi, mint női példái. Mindhárom image-pont központi problémája az, hogy úgy érzi, nem lehet őt önmagáért szeretni.

A hisztéria-pontok által kifejlesztett különféle stratégiák mind arra valók, hogy mindenféle módokon szeretetet szerezzenek. A Hármas azt akarja, hogy azért szeressék, amit produkál. A Kettes azért követel szeretetet, mert olyan segítőkészen gondoskodik rólad, a Négyes pedig azért, mert ő olyan elit.

Az image-pontokat néha a kapcsolódó csoportnak is nevezik, mert általában az a stílusuk, hogy közelednek másokhoz.

A központi problémáik a kapcsolatok körül forognak, és gyakran az az alapkérdésük, hogy „Kivel vagyok?”.

A hisztérikus típus általában nem a külvilágban dolgozik, hogy a fenmaradási szükségleteit fedezze, hanem a partnerén dolgozik, aki gyakran düh-pontos, és aki majd dolgozik a külvilágban. Ezért általában ezek a függőségre leginkább hajlamos típusok.

Ezeknek az image-pontoknak is nevezett típusoknak a tagjai feladták a lényük középpontját, és felcserélték egy image-re (külső képre), amiről úgy érezték, hogy a társadalom elvárja tőlük. Miközben gyakran ők az Enneagram leg-szebb emberei, az image-pontok képviselői azzá a képpé változtatták magukat, amiről azt sejtették, hogy mások szeretni fogják.

A VARÁZSLÓ

A HÁRMAS PONT - A HATÉKONY TÍPUS

AZ IMAGE-GYÖKÉRPONT

MAGASABB OKTÁVJA: A VARÁZSLÓ
SZENT ESZMÉJE: A SZENT TÖRVÉNY
SZENT ÖSVÉNYE: AZ IGAZMONDÁS
ALSÓBB OKTÁVJA: A HATÉKONY
SZEMÉLYISÉG

SZENVEDÉLYE: A CSALÁS
ESZMÉNYE: SIKERES VAGYOK
BESZÉDSTÍLUSA: A PROPAGANDA
AMIT ELKERÜL: A KUDARC

VÉDEKEZŐ

MECHANIZMUSA: AZONOSULÁS
A SZEREPPÉL
CSAPDÁJA: A HATÉKONYSÁG
VÉGLETEI: TÚL-AKTIVITÁS -

FANTÁZIA
PÉLDÁK A 3-ASRA:

John F. Kenedy,
Jimmy Carter,
Mick Jagger,
Paul Newman,
Robert Redford,
Shirly Mc Laine,
Shirly Temple,
Tom Cruise,
Faye Dunaway,
Julie Andrews,
Teng Hsziao Ping

A Hármas az image-gyökérpont. Ők azok az emberek, akik leginkább elvesztették a kapcsolatukat a lényük középpontjával, mert a világ látszatai, image-ei elcsábították őket. A félelem-pontok esetében az energia nagy része a mentális testbe árad. A düh-pontok energiája a fizikai testbe szökik. A hisztéria-pontok energiája nagyrészt az érzelmi testben összpontosul. A Hármas ezen belül is arra használja az érzelmeit és az életenergiáit, hogy a teljesítményeit libidóval töltsse fel.

Mint ahogy a düh-gyökérpontnál, a Kilencesnél a legfeltűnőbb a düh hiánya, az image-gyökérpont esetében a hisztéria hiánya a szembetűnő. A Hármasok a teljesítményükkel szereznek önbecsülést. Belevaló hozzáértést tanúsítanak, és maximális hatékonyságot a munka elvégzésében.

Ők voltak azok a gyerekek, akik életük nagyon korai szakaszában rájöttek, hogy önmagukért nem szeretik őket, csak azért, amit produkálnak. A csodagyerekek,

osztályelsők, teljesítményhajhászok és a szurkolókórusok főnökei gyakran ennek a fixációnak a termékei.

Az Egyesült Államok Hármas kultúra, hiszen az image, a teljesítmény és a siker a kulcsértékei, melyek motiválják és működtetik a társadalmat. A mély érzelmekkel való kapcsolatot elkerülik; az érzelmi energiákat a teljesítmények elérésére használják fel.

Egy Hármas nő mesélt gyerekkori szurkolókórus-vezetői és sportfelvonulás-királynői élményeiről. Óriási energiát és munkát fektetett bele, hogy ő legyen a felvonulás királynője. Miután megnyerte a vetélkedőt, és királyi mosollyal integetett, miközben körbekocsikázott a stadionban, sokan megkérdezték: - Milyen érzés a győzelem? - Mire ő azt felelte: - Ó, csodálatosan érzem magam.

Amikor évekkel később elmondta nekünk az igazságot, arról számolt be, hogy amit valójában érzett, az az üresség volt. Nem maradtak érzések. Minden érzését beleadta a teljesítmény elérésébe, hogy a felvonulás királynője legyen.

A Hármasoknak csinos és alkalomhoz illő megjelenése van. Nincsenek durva vonások. Ezenkívül minden megmutatkozik kifelé. Ha megismersz egy Hármast, nem valószínű, hogy miután felfedezed a mélységeit, idővel újabb értékekre bukkansz benne. Minden eleve a kirakatban van, a felszínen.

A teljesítmény fontossága mindig jelen van. Joe Montana, a San Franciscó-i 49-esek hátvédje, mitikus hős San Franciscóban. Három Szuper Kupába juttatta a csapatát. Milliomos, jóképű; tökéletes felesége van, aki szintén Hármas, és tökéletesek a gyerekeik is. Csapatársai egyfajta mágikus kisugárzásról beszélnek, amely áthatotta, amikor futballozott.

Anyagilag egész életére biztosítva van a jó módja. Olyan hős, akit sport-körökben sohasem fognak elfelejteni. 1986-ban az évad elején komolyan megsérült a gerince. Súlyos operáción esett át, és a csapat hivatalosan bejelentette, hogy talán sohasem játszhat újra, de semmiképp sem ebben az idényben. Az orvos, aki operálta, azt mondta, hogy sohasem szabadna többé futballoznia.

Alig kilenc hét múlva Joe Montana visszatért a futballmérkőzésre, a gyógyíthatatlan bénulást kockáztatva ezzel. Amikor megkérdezték, hogy miért, azt felelte, hogy aggódott, hátha elveszti a munkáját.

A Hármas számára az élet alapérzése a termelékenység utáni rohanás. Ugyanakkor ha a szuper felszín alá nézünk, gyakran mélységes kimerültséget látunk a túlzásba vitt munkától. Ha egy Hármas terápiára jön, szinte elájul a kimerültségtől. Egyszer egy Hármas úgy írta le ezt az állapotot, hogy „Olyan, mintha egy autó lennék, tele benzinnel, de olaj nélkül”.

A Hármasoknál a teljesítményért való rohanás valójában menekülés az érzelmek elől.

A Hármasok nem hisznek abban, hogy szerethetik őket. Készek beérni azzal, ha elismerést nyernek. Egy Hármas nem azt mondja, hogy „Szeress azért, aki vagyok”, hanem azt mondja, hogy „Szeress azért, amit csináltam”.

A Hármasok belső állapota hasonló a mókuskerékben rohanó mókuséhoz a ketrecben. Ugyanakkor úgy érzik, hogy „nekik kell egybetartani a világot”. Van bennük valami félelem attól, hogy ha csak egy pillanatra is megállnak, akkor elkezd szétesni a világ.

Ha egy koktélpartin találkozol valakivel, aki sztetoszkópot visel, vagy szakmájának más nyilvánvaló jelvényét, akkor valószínűleg egy Hármassal állsz szemben. Egy beszélgetésben általában öt percen belül elmondja egy Hármas, hogy mivel foglalkozik. Valamilyen értelemben mindig teljesítményhajhászok. Mint ahogy a sztetoszkópos doktor a koktélpartin, a Hármas az egész életét egy bizonyos image-en keresztül tükrözi. Valószínűleg a legmegfelelőbb klub tagja, Mercedes-t vezet, és pontosan 2.37 gyereke van.

Az EST nevű szervezet stílusa is Hármas stílus. Megalapítója, Werner Erhard egy nap az autóját vezette a munkahelye felé, amikor egy spirituális felismerés-élményt élt át. Más emberek, ha ilyesféle felismeréseik támadnak, elvonulnak meditálni, vagy éppen elmennek Indiába, és találnak egy gurut. Werner viszont a felismerése hatására megalapított egy sokmillió dolláros vállalatot. Az EST szervezet mottója: „Egy világ, ami mindenkinek beválik”. A Hármasoknak tökéletes ez a szervezet, mert két hétvége alatt elérhetik a megvilágosodást, és nem kell hiányozniuk a munkahelyükről.

GYERMEKKOR

A Hármasok igen korán elkezdnek teljesítményeket elérni. Gyakran számolnak be arról, hogy hétéves korukban kezdtek el felnőttként viselkedni. Tízéves korukra általában elkezdnek dolgozni, és soha többé nem hagyják abba. Nagyon hamar megtanulják kielégíteni a család, főleg az apa elvárásait és álmait.

Gyerekkorukban a teljesítményeikért jutalmazták őket. Megszokott értelemben általában nem is volt gyerekkoruk. Gyakran arról számolnak be hogy „Apa elment, és én lettem Anya férje.” Mások: „Én neveltem fel a fivéreimet és nővéreimet.”, vagy éppen: „A családomban a figyelem elnyerésének egyetlen módja az volt, ha csupa jelest hoztunk haza.”

A Hármasok általában koraérett gyerekek, akik úgy néznek ki és úgy is viselkednek, mint miniatűr felnőttek. Négy vagy öt éves korukban elvesztették a kapcsolatukat a mélyebb érzéseikkel. Gyakran mutatnak infantilis tulajdonságokat, amikor az alkohol, drogok vagy a szex hatására kiszabadulnak az érzelmeik.

Felnőttkorukban gyakran nagyon fiatalnak látszanak a korukhoz képest. Gyakran, különösen a szexuális altípusban, pisze orruk van, és ráncatlan arcuk. Olyannak tűnik az arcuk, mintha nem is éltek volna benne. John Kennedynak klasszikus Hármas arca volt. Shirley Mac Laine-nek, Jimmy Carternek, Doris Day-nek egyaránt szinte álarcszerű az arca.

A Hármasok a világ image-eiért, látszataiért adják fel magukat. Az általuk nyújtott image a társadalmi osztályoktól és családi körülményeiktől függően alakul.

A Hármasok általában azt mondják, hogy gyermekkoruk valamely pontján lázadó módon viselkedtek. Az egyik Hármas látszólag visszamaradott tanulási képességekkel kezdte az iskolát, mielőtt rátalált az útjára, és a büszkeségévé vált. Mások bandákkal lógtak, és motoros dzsekiket viseltek. Ez a fázis azonban általában nem tart soká. Ha pedig visszatekintenek, azt is elismerik a Hármasok, hogy még ezek alatt az időszakok alatt is csak szerepet játszottak, hogy a csoport elfogadja őket.

A SZENVEDÉLY

A Hármas fixációt megadó szenvedély a csalás. Az nem azt jelenti, hogy a Hármasok hazudozók, bár abban is elég jók tudnak lenni. Valójában itt azt jelenti a

csalás, hogy egy szerepet alakítanak ki a nyilvánosság előtt, miközben tudják, hogy nem ez a valóság, de mégis teljesen benne élnek.

Az ő telepatikus képességük abban rejlik, hogy tudják, hogyan hatnak leginkább a közönségükre. Ha negatív visszajelzést érzékelnek, képesek akár egy mondat közepén is megváltoztatni azt, amit mondanak.

AZ ESZMÉNY

Egy Hármas, akit kirúgott a felesége, nem vette nagyon a szívére. Azonnal a főnökéhez ment, és így szólt:

- Több pénzre van szükségem, mert mostantól két külön háztartásunk van. - Ez a tipikus Hármas viselkedés. Egy tönkrement házasságot is fel lehet használni arra, hogy több pénzt csináljanak. Mindent átalakít arra a képre, hogy „Sikeres vagyok”.

Egy Hármas, ha egy hibás üzleti döntésről beszél, már az első mondatában közli veled, hogy ő elejétől fogva tudta, hogy ez nem túl jó ötlet. Valójában csak rákényszerítették a döntést, és most neki kell kihúzni a csávából a vállalatot.

BESZÉDSTÍLUS

A Hármas beszédstílusának neve propaganda. A Hármasok mindig arról beszélnek, hogy milyen jól mennek a dolgaik, vagy éppen el akarnak adni neked valamit.

Egy Hármas, mielőtt még megtanulta volna az Enneagram rendszerét, így mutatkozott be egy csoporton: - Nagyon szerencsés vagyok, és úgy tervezem, hogy az is maradok.

Egy másik „New Age”-es Hármasnak már a workshopokon való bemutatkozása legelső mondatában sikerült mindenkivel közölnie, hogy ő egy sikeres kiadó. Megemlítette az általa kiadott valamennyi magazin címét, miközben elmondta, hogy az a célja a csoporton, hogy hatékonyabbá váljon a munkájában. Pár óra múlva véletlenül azt is meghallottuk, hogy az ebédhez sorban állva újra a magazincímeit sorolgatja valakinek.

A Hármas beszédstílusa nagyon gyakran erőszakosnak és türelmetlennek is hangzik. Eltökélt szándékuk, hogy kihámozzák maguknak a lényegét. „A lényeg a lényeg” Hármas koncepció.

Minden megnyilvánulásukban van valami propaganda-szerű, az érzelmi életükben pedig valamiféle üresség. Egy szép napon egy Hármas hazajön a tökéletes munkájából a tökéletes családjához, és a felesége eltűnt a gyerekekkel - fogalma sincs, miért. - Úgy tűnt, hogy olyan jól megy minden - mondja aztán a barátainak. Nem érezte, hogy bármi gond is lehetne, hiszen hiányzik a kapcsolata a mélyebb érzésekkel. Minden érzelmét felhasználta a teljesítmények érdekében.

A CSAPDA

A hatékonyság csapdája többszintű viselkedést okoz. A Hármasok mindig többféle munkát csinálnak egyszerre. Vezetés közben megborotválkoznak a szivargyújtó csatlakozójába bedugott villanyborotvájukkal, mialatt Berlitz német nyelvet oktató kazettáit hallgatják, és egyben a rádiótelefonjukon tárgyalnak, de a diktafonjukra is mondják újabb ötleteiket. Ha telefonon beszélsz egy Hármassal, biztos lehetsz benne,

hogy közben valami mást is csinál. Sok Hármasnak nyakba akasztható telefontartója van, hogy mozoghasson, vagy az adóíveit tölthesse ki, miközben telefonál.

Egy Hármas hölgy elmondta, hogy a fürdőkádba szokta magával vinni a jogi aktáit. Amikor rájött, hogy így összevizezi őket, áttért egy hangra bekapcsolódó magnóra. A hatékonyság miatt megvan a „csúcsra vezető könyörtelen taposás” lehetősége is. A Hármasok gonoszul el tudnak vágni embereket, aztán a fejükre taposva emelkednek magasabbra a hatékonyság nevében. Ennek a stratégiának a fordítottja is előfordul. Ha süllyed a hajó, akkor az a hatékony megoldás, ha elsőként távoznak.

A hatékonyság igazi csapdája az, hogy úgy tűnik, minden nagyszerűen megy, és a Hármas fél megingatni a hajót. Ez azt jelenti, hogy fél belemenni mély érzelmekbe. Ismerünk egy New Age-stílusú Hármast, aki számottevő időt töltött azzal, hogy csoportokon felfedezze az érzelmeket. Új érzéseit így jellemezte: „Ez a zavaros trutymó-leves”. A Hármasok sokkal könnyebbnek találják azt, hogy a környezettől lessék el a megfelelő érzelmi reakciókat, mint hogy befelé forduljanak, és valami valódit hozzanak fel. A hatékonyság szempontjából az igazi érzések felfedezése aligha éri meg a veszôdséget.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

Miközben a Hármas el tudja érni a tökéletes otthon vagy család látszatát, gyakran nehezebbre esik az, hogy tartós, mély, sebezhetőséggel járó gyengédséget érezzen. Mivel a védekező mechanizmusa a szereppel való azonosulás, a Hármas úgy viselkedik, hogy ő „a doktor”, vagy „a futballszár” stb. Állandó propagandát fejt ki arról, hogy mit csinál, és milyen jól megy neki, mintha ő az lenne, amit csinál.

A munka megszállottjai („munkoholisták”) a Hármasok. Azonosulnak a munkájukkal. Arra épül az életünk, hogy úgy viselkednek, mintha nem mások lennének, mint a szerepeik. Élettörténetüket visszamenôleg átírják, hogy illeszkedjen ahhoz, amit éppen az adott időpontban csinálnak.

AMIT ELKERÜLNEK

A Hármasok a kudarcot igyekeznek elkerülni. Amikor Jimmy Carter beszámolt az Iráni sivatagban történt helikopterkatasztrófáról, amely az amerikai tûszok kiszabadítására tett elvetélt mentési kísérlet során történt, „korlátozott sikernek” nevezte az eseményt. A kudarc nem szerepel a Hármas szótárában. Ha valami kezd rosszul menni, elejti és távozik.

Egy Hármas rendszerint sok lehetőséget tart nyitva. Hajlamosak próbavállalkozásokat elindítani. Van olyan Hármas, aki 25 próbavállalkozást futtat egyszerre, hogy ha egy megbukik, gyorsan átvihesse az energiát egy másikra. Rendkívül gyorsan tudnak cselekedni. Ők az igazi túlélôk, hiszen nekik „a lényeg a lényeg”. A lényeg pedig az, hogy eredményeket érjenek el.

A VÉGLETEK

Azok a Hármasok, akik nem túl-aktívak, legalább fantáziálnak errôl, vagyis azok közülük, akik nem vesznek részt aktívan az életben, addig is a következô lépésükrôl fantáziálnak. Ha ráveszel egy Hármast, hogy hagyja abba a munkát, azonnal elkezd megglátzni a lelki szemei elôtt, hogy hogyan tudná még jobban csinálni.

A Hármasok ritkán jönnek terápiára, mert mindig olyan jól megy nekik minden. Ha mégis ráállnak a terápiára, akkor a felszínen gyors sikert ér el a folyamatuk. Csak a rövidtávú terápia érdekli őket, amely gyors eredményekkel jár. Mivel képesek új lehetőségeket meglátni a képzeletükben, és nagyon vágnak a hatékonyságuk növelésére, igen hamar végeznek a terápiával és távoznak, mielőtt túlságosan beleragadnának az érzelmek mély vermébe.

ALTÍPUSOK

LÉTFENTARTÓ: BIZTONSÁG

A létfentartó Hármas stílus a biztonság. Ez azt jelenti, hogy a túlélést az általuk birtokolt tárgyak miatt érzik biztosítottak. Ők a tulajdonosok. Maguk a tárgyak, mindig márkás termékek, elismert objektumok, a használati értékükön túlmutató hatalmat képviselnek. Bárki volt is, aki először kitalálta, hogy a márkanévet kívülről nyomják rá a ruhákra, kétségkívül egy Hármas marketing-zseni volt. A Louis Vuitton kiegészítők is a Hármas státusz klasszisát képviselik. A látványos fogyasztás ennek az altípusnak a stílusa. A létfentartó Hármasokban mély biztonságérzetet kelt, ha tudják, hogy az övék a legjobb valamiből.

Egyszer egy létfentartó Hármas hölgy körbevezetett az otthonában. Tele volt értékes dolgokkal. Volt valami fojtott, csaknem szexuális hangulat abban, ahogy szobáról-szobára vitt, hogy mindent megcsodálják. Amikor kézen fogott, a keze nedves volt az izgalomtól. Ez az izgalom kétségkívül nem a jelenlétéből fakadt. Amikor eljöttem, adott nekem egy kis féldrágakövet, rokonszenve igaz jelképét. A Kilences férje a díványon sörözött, mit sem törődve az egésszel.

SZOCIÁLIS: PRESZTIZS

A szociális Hármas névadója a presztizs. Mint ahogy az egész Hármas stílusban, itt is mindent elmond róla a név. Mindenhez csatlakoznak, mindenbe belépnek. New Age-körökben ők a network (hálózat)-szervezők, no meg azok, akik hálózatszervezésről tartanak tanfolyamokat. Hagyományosabb sülusú körökben gyakran lehet szociális Hármas politikusokat találni. Ők azok, akik a legmegfelelőbb klub tagjai, és gyakran szerepelnek közéleti újságcikkekben.

Egy szociális Hármas ismerősünk egy tévéadó reklámhivatalában dolgozik. A nyilvánosság és a médiák a Hármasok specialitásai. Ezt az ismerősünket egyszer meghívták egy ebédre néhány tekintélyes látogatóval együtt. Bár épp előtte ebédelt, azonnal elfogadta a meghívást. Mint később elmondta, egy szót sem hallott abból, amiről az ebéd közben beszéltek, anyira elfoglalta gondolatban, hogy ki mindenkit fog felhívni, mihelyt vége lesz az ebédnek. Ennyivel izgalmasabb volt a gondolat, hogy elmondhatja a barátainak, kivel ebédelt, mint maga az ebéd.

SZEXUÁLIS: MASZKULIN/FEMININ

Amikor a család a szexuális ösztönt hatja át, ennek maszkulin/feminin (férfias/nőies) stílus a neve. Ez azt jelenti, hogy felveszik azt a megjelenést, ahogy a társadalom szerint a tökéletes férfinak vagy nőnek ki kell néznie, és úgy is viselkednek. Gyakran van szinte Playboy-külsejük, retusáltan tökéletes kinézettel. Mindez kissé száraznak is tűnhet, mintha nem sok élet lenne bennük. Néha olyan benyomást is keltenek, mintha nem nélküliek lennének. Mintha csak játszanák a nemi szerepüket.

Egy szexuális Hármas hölgyismerôsünk elmesélte, hogy ő volt a Kolumbia Egyetem egyik legnagyobb diákja. Azt is elmondta, hogy 12-en voltak a csoportban, és ő volt az egyetlen nő. Az sosem tűnt fel neki, hogy ő egy nő volt 11 férfivel. Ő csak a csapat egyik tagja volt.

Hollywood a szexuális Hármasok otthona. Az elsőszámú férfi és nő tökéletes image-einek varázslatos megteremtése számtalan szexuális Hármast tett milliommossá.

A szexuális Hármas a társadalmi osztályának és környezetének kontextusában nyilvánul meg. Ismerünk egy szexuális Hármas nőt, aki hatéves korában kezdett varrni. Ezenkívül a kistestvéreiről is ő gondoskodott, és tízéves korára már szabadidejében pótmamaként dolgozott. A varrógép a hatékonyság szimbólumává vált a számára. A tizenéveitől kezdve házasságkötéséig mindig ő varrta a saját és a családja ruháit. Amikor férjhez ment, még a férje ruháit is ő varta. A tökéletes feleséggé vált, a pittsburgh-i munkásosztály feleség-modellje szerint. Árendedmény-cédulákat gyűjtött, óvatosan vásárolt, és filléreken spórolt.

Amikor Kaliforniába költözött, és új férjre tett szert, új elvárásokkal került szembe. A férje elvárta, hogy vállalon állást. Itt a nőnek függetlennek kellett lenni. Hátizsákos túrákra kellett menni. Így hát profi lett a szakmájában, és hátizsákos túrázó lett. Masször lett, és a masszörtréningek vezetője. Ő lett az első a családjából, akinek valaha is saját névjegye volt. Tökéletesen kialakította az új image-et, amit az új partnere elvárt tőle.

Mick Jagger is szexuális Hármas, aki tökéletesen beleillik a kábítószeres szubkultúra külsőségeibe. A negyvenes éveiben ugyanúgy néz ki, mint húszéves korában. 25 éve minden évben megírt és elénekelt egy sikerlemezt, aminek ő a producere is! Jagger blues-okat szedett elő, és épp csak egy picit megváltoztatta őket. A Hármasok szeretnek enyhén eredetinek lenni a mindent-elfogadás közepette. Így hát ritkán kapsz nagyszerű művészetet vagy óriási áttöréseket Hármasoktól. Annál sokkal pop-osabbak. A művük rendszerint egy kicsit sima, néha nem sok lélek van benne, de általában jól meg van csinálva.

Gondold csak meg, hogy Mick Jagger hogy volt képes folyamatos sikert produkálni vad szexuális és drog-kicsapongásai közepette. A legtöbb embert ez rég megölte volna. Ő viszont ma is úgy néz ki, mint húsz évvel ezelőtt.

PÉLDÁK

„A Metrók alvásra valók” c. könyvet Edmund G. Love írta, egy Hármas, aki úgy döntött, hogy kivonul a társadalomból, és csavargó lesz. Természetesen kitűnő csavargó lett. Az egyik dolog, amit megtanult, az volt, hogy négy órát tud aludni, ha oda-vissza végigutazik az egyik metróvonalon. Minden fortélyt kitanult.

Egy szép napon egy padon üldögélt, és nézte, ahogy sok ember rohan ki egy irodaépületből, kávé vesznek, aztán már igyekszenek is vissza a munkahelyükre.

Hirtelen rátört az ötlet: - Mi lenne, ha bevinnénk nekik a kávéjukat?

Három hónap múlva dollármillió vállalkozása volt, amely kávé és zsemle szállított irodák dolgozói számára. Utána írta a tapasztalatairól az említett könyvét, amelyből bestseller lett.

Shirley MacLaine sikeres karriert futott be, mint filmsztár. Egy napon volt egy testen kívüli élménye egy akupunktúrás ülés alatt, és gyorsan írt róla egy sikerkönyvet. Ezután más spirituális élményei is voltak, és szellemi keresőútra indult, mint jószerével egy egész generáció, amelyben sokaknak voltak hasonló élményei. Ő azonban fogta a

szellemi élményeit és perui útjának emlékeit, és egy sikerkönyvet meg egy tévéfilmet csinált belőlük. Jelenleg pedig országszerte workshopokat tart, melyekre óriási a túljelentkezés.

Paul Newman nemzedéke egyik nagy filmsztárja. Nagyszerűen néz ki hatvanegynéhány éves korában is, ritka jó egészségnek örvend, nagyszerű felesége van. Színészi pályafutása mellett sikeres salátaöntet- és spagettiszósz-hálózat tulajdonosa is. Az ő példája is azt bizonyítja, hogy bármi, amihez egy Hármas hozzányúl, siker lesz.

MAGASABB OKTÁV

A magasabb oktávon a Hármas a Varázsló. Az ösvényének neve igazmondás. Ez a család ellenszere. Szent eszméje a törvény. Amikor felismeri a kozmikus törvényt, mely az önmagánál nagyobb világot irányítja, a Hármas végre lazíthat. Ha a törvényeket felismeri, megérti, hogy a világ nem áll meg, ha ő megáll.

Megtalálni önmagában az elveszett kisgyereket - ez lassú, fájdalmas folyamat az igazmondás útján. De akármilyen kínos is, az érzések felfedezése és az érzések igazságának kimondása a megváltás a Hármasok számára. Meg kell találniuk az elveszett kisgyereket, hogy igazi felnőtté válhassanak. Ekkor többé nem azzal ér el sikert a Hármas, hogy eladja magát a társadalom image-einek, hanem azzal, hogy a bennük megtestesülő mély kozmikus törvényt tükrözik. Ekkor aztán a felébredett Hármasok a teremtőerő ajándékát hozzák a többi embernek.

A HÁRMAS PONT KÉRDÉSEI

1. Természetesen jó szervező vagy?
2. Gyakran veszed észre magad azon, hogy több feladatot végzel egyszerre?
3. Természetes neked, hogy listákat írsz a dolgaidról, és fontossági sorrendet állítasz fel közöttük?
4. Tapasztalatod szerint könnyű sikert aratni, ha jól csinálod a dolgokat?
5. Jó csapatjátékos vagy?
6. Kiemelkedően fontos, hogy sikeres image-et (külső képet) sugározzál magadról?
7. Túl sok tevékenységgel és vállalkozással terheled túl magad?
8. Könnyűnek érzed, hogy célokat tűzz ki magadnak és teljesítsd őket?
9. Könnyen el tudsz ejteni egy vállalkozást, ha tudod, hogy ez a praktikus?
10. Meglepnek néha a környezetekben levők érzelmei?
11. Van olyan érzésed, hogy színpad a világ, és álarc mögött játszol rajta?
12. Nehéz néha megkülönböztetned, hogy melyik vagy te, és melyik az álarc?

AZ ISTENNŐ

A KETTES PONT - A SEGÍTŐKÉSZ TÍPUS

A KÜLSŐ IMAGE-PONT

MAGASABB OKTÁVJA: AZ ISTENNŐ
SZENT ESZMÉJE: A SZABADSÁG

SZENT ÖSVÉNYE:	AZ ALÁZAT
ALSÓBB OKTÁVJA:	A SEGÍTŐKÉSZ SZEMÉLYISÉG
SZENVEDÉLYE:	A BÜSZKESÉG
ESZMÉNYE:	SEGÍTŐKÉSZ VAGYOK
BESZÉDSTÍLUSA:	TANÁCSADÁS
AMIT ELKERÜL:	A SZÜKSÉGLETEK
VÉDEKEZŐ	
MECHANIZMUSA:	AZ ELFOJTÁS
CSAPDÁJA:	AZ AKARAT
VÉGLETEI:	KATONÁS - SZABADELVŰ
PÉLDÁK A 2-ESRE:	Elisabeth Taylor, Barbra Streisand, Marilyn Monroe, Virginia Satir, Elvis Presley, Michael Jackson, Nancy Reagan, Henry Kissinger, Little Richard, Mária Magdaléna

A Kettes pont a Hármas külső változata. Mindegyik image-pont önbecsülés-hiányban szenved, mert azt hiszik, hogy nem lehet őket önmagukért szeretni. A Hármas azt a stratégiát fejleszti ki, hogy megpróbál azáltal válni szeretetreméltóvá, amit produkál. A Kettes viszont azt akarja, hogy azért szeresd, mert olyan jól gondoskodik rólad. Ők a segítők, az agyondolgozott anyák, a szolidaritásból-alkoholisták, az önmagukat feláldozó feleségek.

Kívülről nézve ez a stratégia rendkívül sikeresnek tűnik. A Kettes a nyugati társadalom idealizált asszonya. A tökéletes szuper-mama, feleség, titkárnő és barát, aki mindig kész megtagadni a saját szükségleteit, hogy valaki másról gondoskodjon. Úgy tűnik, hogy önzetlen szolgálatuk fejében mindenki szereti és imádja a Ketteseket, és így minden szeretetet megkapnak, amire csak szükségük lehet.

Itt van a bökkenő. A szolgálatuk sosem igazán önzetlen. Az önbecsülés hiányának érzéséből fakad. A Kettes kétségbeesetten próbál szeretetet és önbecsülést szerezni azáltal, hogy gondoskodik valakiről. Így aztán ritkán van energiája önmagáról gondoskodni. Ingyenc vacsorát főzhet a jegyesének, gyertyafényes tálalásban, vagy tizenkétfogásos családi ebédet, de ha egyedül marad, lehet, hogy teljesen elfelejt enni, vagy konzerveken él.

A Kettes számára a segítségnyújtás olyan folyamat, amelyből kapni akar valamit. Kísérlet arra, hogy önbecsülést szerezzen a világtól, a látszólag ingyen adott szolgálatok fejében. Talán ők adják el magukat a legburkoltabb formában az Enneagram pontjai közül. Ezt vesszük észre a legkevésbé, mert mindannyian annyira élvezzük, ha a Kettesek gondoskodnak rólunk.

A Kettes típus egyik legfőbb tudatalatti mintája a hízélgés. Amikor egyszer elmondtam ezt egy workshopon, a résztvevők nem értették a „hízélgés” szót. Egy Kettes lány közbeszólt: - Nekem mindig fontos, hogy úgy intézzem, hogy a fíúm jobban érezze magát! - Nos, ez a Kettes fixáció lényege. Úgy intézi, hogy jobban érezd magad, és ezáltal nyeri el az önbecsülését.

A jóság, kedvesség és fény mögött ugyanakkor rozsdamentes acél belsô van. Igazából sohasem tudsz mindent viszonzni, amit egy Kettes tett érted. Senki sem tud olyan jól gondoskodni egy Kettesrôl, ahogy ô gondoskodott róla. Ráadásul egészen kicsivel a felszín alatt fájdalmasan tudatában is van ennek.

A Kettesek függnek legjobban másoktól az összes karakterfixáció közül. Egy Kettes nem közvetlenül a világban dolgozik, hogy fedezze a szükségleteit, hanem egy olyan valakin dolgozik, aki majd dolgozik a világban, és eltartja ôt. Még a szociális altípus esetében is, aki sztárként szerepel, úgy tûnik, hogy a sztár menedzsere is a show kulcsfigurája. Világszerte ismertté vált Elvis Prestley menedzsere, Tom Parker ezredes. Hatalmának alapja, éppúgy, mint Michael Jackson menedzseréé, abból fakad, hogy szilárd alapot nyújt, amelyrôl az elôadó továbbléphet. Marilyn Monroe tragédiája az volt, hogy hiányzott az életébôl ez a stabil „apuka”. Egészen más a helyzet a Hármass sztárok esetében, akik igazán tudnak magukról gondoskodni.

A SZENVEDÉLY

A Kettesek szenvedélye a büszkeség. A legtöbb másik pont tagjai elsô hallásra megértik az ôket irányító szenvedélyt, ha felismerik a fixációjukat, és meghallják a jellemzôit. Tapasztalatom szerint a Kettesek esetében ez soha nincs így. A dühükkel, haragjukkal általában kapcsolatban állnak. Tudják, hogy milyen érzés, ha kihasználják ôket, vagy ha nem kapnak szeretetet. Nyilvánvalóan kapcsolatuk van a szeretetükkel és a segítôkészségükkel. Ha azonban a büszkeséget említjük, majdnem mindig zavart, értetlen tekintettel fogadják.

- De hiszen én tényleg élvezem, ha másokról gondoskodhatok - felelik. Szinte soha nincsenek tudatában a büszkeségnek, amely a mélybôl irányítja az egész gépezetet.

A Kettesek viselkedése mögött rejlô büszkeség egyik igen tiszta példáját egy workshopvezetô mesélte el:

- Az egyhónapos tréningem minden reggelén ülsô meditációt vezetek. Mindig legalább tizenöt perccel a kezdés elôtt érkezem a meditációs terembe, hogy ellenôrizzem, minden rendben van-e, és így mire a csoport megérkezik, én már meditálok. Azért teszem ezt, mert felelôsséget érzek a csoport iránt, és mert nekem is jó érzés. Egy reggel azonban megállt az óráim, és egy órával késôbb érkeztem. Amikor kinyitottam az ajtót, még mindig azt hittem, hogy korán jöttem, de ekkor megláttam, hogy a terem tele volt meditáló emberekkel. Az elsô érzésem az volt, hogy ellenállhatatlanul elônt a szégyen. Amint megvizsgáltam magamban ezt az érzést, rájöttem: nem az kavart fel, hogy elmulasztottam a saját meditációm, amelyet szeretek, és amelyre szükségem van, hanem sértve éreztem magam. Ezen a ponton jöttem rá, hogy végig a büszkeség hajtotta a játszmámat.

Jerry Perkins, akitôl az Enneagramot tanultam, oklahomai farmercsaládból származik. Élénken leírta a falusi búcsúkat, amikor a farmerek körbeálltak a kis pickup-teherautóikkal, a kocsik lenyitott hátuljával a kör közepe felé, és ezekre rakodták ki az asszonyaik az összes süteményüket, hogy megmutassák, milyen sokat sütöttek.

Vetélkedtek abban, hogy melyik nő milyen jól gondoskodott a családjáról. Büszkéek voltak rá, hogy milyen sokat és milyen jól sütöttek.

Jerry azt is elmesélte, hogy egyszer látta a negyvenöt kilós Kettes nagynénjét, egyik karján a kisbabájával, a fatüzelésű kályhán főzni az oklahomai faházában. Ekkor jött be a kétméteres, vállas nagyfia, és megkérdezte, hogy tudna-e vasalni neki egy inget. - Persze, fiam, egy perc, és meglesz - felelte, miközben főzte a reggelit, és ellátta a kisgyereket. Minden gyerekének ő varrta a ruháit, még a húsvéti öltönyeiket is. Ez az adás büszkesége: tökéletes anyának és tökéletes feleségnek lenni.

A büszkeség másik oldala a harag. Van egy vicc az anyáról, aki két nyakkendőt vett a fiának Karácsonyra. Amikor legközelebb találkoznak, a fián rajta van az egyik. Az anyja azt mondja neki: - Mi van, nem tetszik a másik nyakkendő?

AZ ESZMÉNY

A Kettes eszménye az, hogy „segítőkész vagyok”. Valóban az. Egy Nyolcas megmondja, hogy mi a baj veled. Mondjuk kinevet, és azt mondja: - Nevetségesen nézel ki ebben a ruhában! - Egy Egyes pedig prédikálni kezd: - Tudod, hogy egy tisztességes nő a te korodban nem járhat így a városban! - Egy Kettes viszont azt mondja: - Milyen jó színben vagy ma! Képzeld, tudok egy helyet, ahol féláron lehet most ruhákat kapni. Láttam ott egy nagyon aranyos ruhát, és mindjárt az jutott eszembe, hogy igazán jól nézne ki rajtad! Remekül illene az egyéniségedhez...

BESZÉDSTÍLUS

A beszédstílus, amely oly remekül illik ehhez az eszményképhez, a tanácsadás. A Kettesek könnyen a „Kedves Abby!” szerepében találják magukat, az újság levelező rovatának vezetőjeként, akihez személyes problémáikkal fordulnak az emberek. Mindenki a Ketteseknek mondja el a bajait, akik tanácsaikkal szinte a kérdezők családjának tagjává válnak. A Kettesek a bizalmas hangulat kialakításának mesterei, készek belépni a másik ember világába. Amikor pedig létrejött az összehangolódás, a Kettes gyakorlottan irányítani kezd a tanácsaival.

GYEREMEKOR

Hagyományosan a Kettes volt apuka kedvenc kislánya. Alapvetően nőies pontként írtam le a Ketest, és hagyományosan az is. Ugyanakkor sok férfi Ketest is ismerek, de ők is, a Kettes nőkhöz hasonlóan, nagyon korán megtanulták, hogy hogyan csavarják apukát a kisujjuk köré a kedvességükkel.

A Kettes kislányok azok, akik csinos hajfürtöket viselnek, aranyosak és tréfásak, és kacér mosollyal fészkelik magukat a felnőttek ölébe. Egy Kettes hölgy így emlékezett vissza: - Megtanultam, hogy aranyos és mókás legyek, hogy megszerezsem apám figyelmét, és jól érezze magát velem. Ez volt az egyetlen dolog, ami igazán bevált. Biztos vagyok benne, hogy ez problémákat okozott, mert anyám olyan megtört volt, olyan üres és csendes, hogy nyilván féltékeny kellett, hogy legyen rám.

Ez lényegi felismerés egy Kettesnek. Elnyerte Apa szeretetét az Anyával való versengésben. Anya pedig, aki sosem fejezhette ki nyilvánosan a veszteségét, sőt néha fel sem fogta tudatosan, haragudni kezdett a fiára vagy lányára. Gyakran jönnek terápiára Kettesek, azzal, hogy apjukkal mély kapcsolatot éreznek, de boldogtalanok az anyjukkal való kapcsolatuk megromlása miatt. Ha megkérdem, igazán nem tudják, mik az

anyjukkal való konfliktusuk gyökerei. Amikor felfedezik, kiderül, hogy az apa szeretetének megnyerését öntudatlanul vívták ki.

Egy másik asszony ezt mesélte: - Én tényleg tudtam, hogy apám szerelmes belém, és az is volt. Anyámba is nagyon szerelmes volt. Anyám teljes személyiség volt. Én meg teljesen ártatlan voltam, és semmit sem tudtam a szexualitásról, amíg 18-19 éves koromban ki nem alakult az első kapcsolatom. Akkor jöttem rá először tudatosan az apám és köztem lévő szexuális vonzalomra. Az pedig csak húszéves koromban merült fel bennem először, hogy a családban bármiféle konfliktus lehetett valaha is. Mindig úgy éreztem, hogy idillikus gyermekkorom volt. A miénk volt az a család, amilyent mindenki szeretett volna magának. A harag, a versengés és a féltékenység nagyon finoman rejtve maradt, mert minden oly jól ment. Mindannyian olyan életteli, boldogok és szeretetteljesek voltunk. Minden nagyon rejtve zajlott. Anyám szomorúsága és haragja rejtve maradt a kedvességek mögött.

A szexuális naivitás pontos leírása ennek a jelenségnek. A fixáció valóban pre-genitális, azaz a szexualitás megjelenése előtt alakult ki. Az Apukához való vonzódás egyáltalán nem szexuális. Valóban nem a szex a lényeg. Az ölelés és öszszebújás általában a felnőtt Ketteseknek is fontosabb, mint a szex, mert a fixáció a szexualitás előtt alakult ki.

Vannak azért ellenpéldák is: egy szexuális Kettes hölgy mesélte, hogy ötéves korában a szülei színpadra állították, hogy matrózokat szórakoztasson a táncával. Ekkor érezte meg a szexualitását, és tetszett neki a dolog. Azóta is végig szexuálisan aktív.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

A Kettes védekező mechanizmusának neve elfojtás. Olyan mértékben elfojtották a saját szükségleteiket, hogy többé már nincsenek is tudatában, hogy léteznek. Csak azt a vágyat érzik, hogy gondoskodjanak valakiről.

A CSAPDA

A csapda itt az akarat. Ez is a Kettes vakságát táplálja, amelytől nem látja a gépezetét irányító büszkeséget. Mivel a saját igényei el vannak fojtva, a Kettes abban az illúzióban él, hogy szabad akaratából tesz mindent másokért. Az akarat csapdája megteremti a választási lehetőség illúzióját. Igazából minden helyzetben csak akkor érvényesülhet az akaratunk, ha van választási lehetőségünk. Amikor a Kettes tesz valamit másokért, mindig az önbecsülése és a szeretet forog kockán, ezért valójában sosem érvényesülhet a saját akarata. Az akarat illúziója a saját jogos igényeinek elfojtásával válik, hogy helyette másokról gondoskodhasson.

A rejtett csapdára akkor derül fény, amikor kitör a Kettes elkerülhetetlen haragja. Ekkor nagy hangon dühöngve mindent a szemedre hány, amit érted tett, és megvádol, hogy te csak kihasználtad. Ilyenkor látszik, hogy amit tett, nem szabad akaratából és választásából tette.

AMIT ELKERÜL

A Kettes a saját szükségleteit akarja elkerülni. A csapda, a menekülés és a védekező mechanizmus mind nagyon szorosan együtt hat abban az irányban, hogy a Kettet belepréselje a gondoskodógép szerepébe. Mintha valaki tudatosan be akarta volna

programozni a tökéletes rabszolgát, aki magtagadja a saját szükségleteit, elfojtja a saját vágyait, és azt hiszi, hogy saját szabad választásából viseli gondját urának.

Kívülről a Kettes egyáltalán nem úgy néz ki, mint egy szolga. Mások, különösen nők, gyakran még irigyek is, hogy ők nem tartozhatnak ebbe a fixációba. Azt irigylük, hogy bármennyire is igyekeznek, sosem tudnak ilyen önzetlen segítők lenni, vagy ilyen tökéletes, kedves, szerető lénynek tűnni. Azt már nem tudják, hogy a Kettesek valójában a saját szükségleteiket tagadták meg, hogy másokat szolgáljanak.

Ugyanezért viszont a Kettesek igazi empátiás készséggel rendelkeznek. Bele tudják élni magukat annak a lelkiállapotába, akivel beszélnek, ha szimpátiát éreznek iránta.

A VÉGLETEK

A Kettes végletei a katonás és a szabadelvű. Emiatt a világhoz való viszonyulás igen eltérő stílusai alakulnak ki, attól függően, hogy a Kettes melyik véglete nyilvánul meg. Nancy Reagan katonás Kettes. Nagyon merevnek, keménynek tűnik a stílusa, erősen különbözik Marilyn Monroe-étól, aki a szabadelvű Kettes példája. Szerintem Nancy Reagan és Marilyn Monroe testalkatának ellentéte általában jellemzi a Kettesek végleteit: a katonás Kettesek gyakran mereven kötött izomzatúak, vékonyak, és az Egyes fixáció felé közelítenek megjelenésükben, míg a szabadelvűek általában érzékenyek mind a testalkatukban, mind a stílusukban.

A katonás Kettes gyakran a tökéletes adminisztrátor, a vezetőségi titkárnő. A szabadelvű Kettesek néha prostituáltak lesznek, máskor motorbiciklis fiúk barátnői. A katonás Kettes sokszor az igazi hatalmat képviseli a háttérből a kapcsolatában, míg a szabadelvű Kettes könnyen a kihasznált fél lehet egy kapcsolatban.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: ELŐSZÖR ÉN!

Az először én! első ránézésre fura névnek tűnhet egy olyan embercsoportra, amelynek tagjai mindig a trón mögött álló hatalmat képviselik, mint vezetőségi titkárnők, vagy mint a főnökök feleségei. Ugyanakkor a Kettesek sosem akarnak azonosulni a főnökükkel. Sokkal kényelmesebben érzik magukat a főnök tanácsadójának szerepében. A színpalak mögül valójában ők irányítják az előadást.

Ezek az emberek rendkívül keményen tudnak dolgozni, heti hét napon képesek végigdolgozni napi tizenkét órát, mint hűséges asszisztensek. Egy önfenntartó Kettes titkárnő eldicsekedett, hogy egyszer a főnöke írta alá a cég egyik csekkjét, és a bank visszaküldte, mert csak azt ismerték, ahogy ő szokta aláírni a főnöke nevét.

Mivel oly sokat adnak ki magukból, ez a típus nagyon büszke a státuszára. Ugyanezért feljogosítva érzik magukat, hogy mások elé vágjanak a büféhez vagy mozipénztárhoz vezető sorban. Ha egy társaságban nincs elég étel mindenkinek, a létfenntartó Kettes biztosan megszerezzi a maga adagját. És főleg: ne próbálja a tányérjáról enni! Sokan közülük bevallják, hogy ilyen esetben meglehet, hogy levágják az ujjadat. Miután oly sokat adtak, úgy érzik, joguk van a magukéhoz. Azt is Jerry Perkins (az Enneagram-tanár) mondta a Kettesekkel való kapcsolatairól: - Imádnak adni, de ha ők akarnak valamit, akkor készítheted a kimeríthetetlen kreditkártyád!

SZOCIÁLIS: AMBÍCIÓ

Míg a létfenntartó Kettes a hatalom a trón mögött, addig az ambíciózus szociális Kettes maga ül a trónra. Ez a sztár típusa. Nem feltétlenül a hollywood-i értelemben sztárok e típus tagjai, bár azok is akadnak közöttük, mint például Elisabeth Taylor vagy Barbara Streisand.

Egy ápolónő ismerősünk fizioterápiával foglalkozik. Akkor érzi magát a legjobban, amikor a klinika főorvosa nincs benn a munkahelyén, és így ő a fény az éjszakában. Egy térdoperáció után voltam nála ezen a klinikán. Egy egész csoportot irányított, hogy hogyan masszírozzanak engem, hogyan jegeljék a térdemet, lássanak el törölközőkkel, és gondoskodjanak a kényelememről. Ő a páciensekről való gondoskodásban sztár.

Egyszer egy Boeing 747-es Jumbo Jet felső kabinjában utaztunk. Férfi steward volt velünk, egy szociális Kettes. Tizenhat utasról kellett gondoskodnia San Franciscótól Japánig. Volt egy kis emelvénye, ahonnan rálátott mindannyiunkra. Az első kör után már mindenkiről tudta, hogy mit szokott inni, és ügyelt rá, hogy mindig tele legyenek a poharaink. Nemsokára az útitársam és én már nem akartunk többet inni, de nem tudtuk visszautasítani, mert ez nyilvánvalóan sértette volna az érzéseit.

Egy másik szociális Kettes egy festőiskola modellje volt. Imádott meztelenül modellt állni, aztán körbejárkálni, és a róla készült képeket nézegetni. Élvezte a neki szentelt figyelem bizonyítékait.

SZEXUÁLIS: AGRESSZIÓ / CSÁBÍTÁS

A szexuális Kettes nem a trón mögött álló hatalom, nem is ül fel a trónra, hanem elcsábítja azt, aki a trónon ül, vagyis akinél a hatalom van. Az agresszió és csábítás egyaránt része a hatalom elcsábításának. A szexuális Kettesek úgy élik meg a szerelmet, mint a másik ellenállásának feloldását. Ha egyszer ez sikerült, a kapcsolat hamar unalmassá válik a számukra. Egy szexuális Kettes ismerősünknek négy férje volt, a gyerekeinek öt apja, és számtalan további szeretője.

Ők az egész Enneagram legcsábítóbb típusai. Minden Ketest, de különösen a szexuális altípus tagjait, gyakran vádolják azzal, hogy kihívóan és csábítóan viselkednek, de ők mindig meglepődnek e vádak hallatán. Általában nincsenek tudatában annak, hogy milyen hatást vált ki a viselkedésük.

A szexuális Kettesek már az első találkozáskor megérintik azt, akivel beszélnek, utána pedig rendszeresen ezt teszik. Lehet, hogy csak könnyedén megérintik a karját, de mindenképpen létrehozzák a fizikai kontaktust.

Ha egy szexuális Kettes belép egy terembe, azonnal megérzi, hogy kinél van a hatalom. Ezután ehhez a személyhez kezd közeledni, és elcsábítja. Az együttesek sleppjében és a sztárok ágyrajáró rajongói között sok a szexuális Kettes. Egy női szexuális Kettes ismerősünk listát vezet a gurukról, akiket közelről megismert.

PÉLDÁK

Nancy Reagan, mint említettem, jó példája a létfenntartó Kettesnek. A Fehér Ház közeli munkatársainak számos visszaemlékezése támasztotta alá azt, amit úgymint mindenki tudott: hogy ő irányította az egész show-t. Ő rúgott ki egy nemzetbiztonsági tanácsadót. Az ő közreműködésével menesztették a Fehér Ház vezérkarának vezetőjét.

Sok amerikai elnököt segített és irányított a Kettes felesége. Rosalynn Carter új mélységet vitt az emberi jogok érvényesítésébe Jimmy Carter elnöksége alatt, Johnson elnököt pedig Lady Bird támogatta.

Elvis Presley, aki férfi Kettes volt, idealizált szeretettel és kiemelt figyelemmel vette körül az édesanyját. Több barátjának Cadillac-eket adott, és tizenéves feleségével tartózkodott a szextől a kapcsolatuk elején, bár együtt aludtak. (Ld. a Gyermekek c. szakaszt a pre-genitális fixációról.)

A MAGASABB OKTÁV

A Kettes magasabb oktávja az Istennő. Ösvénye az alázat, Szent Eszméje pedig a szabadság. Az alázat ösvénye a büszke gôg ellenszere.

Amikor a Kettes igazán a szent szabadság felé halad, akkor feladja az adakozáshoz való ragaszkodását. Elkezd a saját szükségleteiről is gondoskodni, és kifejleszti az önbecsülését. Mihelyt az egészséges önértékelése létrejön minden kapcsolattól függetlenül, a Kettes immár saját szabad választásából térhet vissza a világba. Amikor belülről feltöltődött szeretettel, akkor saját választásából lehet az Anya/Istennő mindenkinek. Akkor szabadon adhat, anélkül, hogy elvárná a viszonzást. Példát mutathat a világban az együttérzésből fakadó cselekvésből.

A KETTES PONT KÉRDÉSEI

1. Szeretsz segítőkésznek lenni másokkal?
2. Úgy találsz, hogy általában jobban tudsz gondoskodni másokról, mint mások terőlad?
3. Szívesen mondasz szépeket másoknak, és gyakran teszed ezt?
4. Megterhelőnek érzed mások szükségleteit?
5. Szerinted igaz, hogy az érzelmek sokkal fontosabbak, mint a gondolatok?
6. Mélyen gondoskodó embernek ismered magad?
7. Sok időt töltesz azzal, hogy mások szükségleteiről gondoskods?
8. Szeretsz megérinteni másokat, azaz fizikai érintkezésbe lépni velük az első találkozáskor?
9. Könnyebbnek találsz, hogy másnak főzzél, mint csak saját magadnak?
10. Romantikus vagy a szíved mélyén?
11. Dühöngésben törsz ki, hogyha rájössz, hogy kihasználtak?
12. Miután oly sokat adtál, nehéz megosztanod valakivel az ételt a tányérodrol?

A MŰVÉSZ

A NÉGYES PONT - A MELANKÓLIKUS TÍPUS

A BELSŐ IMAGE-PONT

MAGASABB OKTÁVJA:	A MŰVÉSZ
SZENT ESZMÉJE:	AZ EREDET
SZENT ÖSVÉNYE:	A NYUGALOM

ALSÓBB OKTÁVJA:	A MELANKÓLIKUS
SZENVEDÉLYE:	SZEMÉLYISÉG
ESZMÉNYE:	AZ IRIGYSÉG
BESZÉDSTÍLUSA:	ELIT VAGYOK
AMIT ELKERÜL:	PANASZKODÁS
	AZ ELVESZETTSÉG
	ÉRZÉSE
VÉDEKEZŐ	
MECHANIZMUSA:	ÖNMAGÁBA VETÍTÉS
CSAPDÁJA:	EGYEDISÉG
VÉGLETEI:	ELEMZŐ - ELTÉVEDT
PÉLDÁK A 4-ESRE:	Edith Piaf, Joni Mitchel, Ingrid Bergman, Bette Davis, Charlie Chaplin, Marlon Brando, Keats, Shelly, Baudelaire, Heine, Virginia Wolf, Francis Ford Coppola, Orson Welles, Andy Warhol, James Dean, Billy Hollyday, Yukio Mishima

A Hármas pont belső változata a Négyes. Ez a hisztéria-pontok legkétségbeesettebb változata. Ők az élet drámakirálynői. Míg a Kettes büszke a helyére, a Négyes szégyelli, hogy nem érzi magát a helyén. Egy Négyes sosem érzi otthon magát, sosem érez igazán könnyű, laza harmóniát a környezetével. Nemcsak hogy nem büszké a környezetükre, egyenesen kétségbeesíti őket. Gyakran úgy tűnik, mintha a Négyes csak várakozna, hogy majd elkezdődik az élet.

A Négyesek természetük szerint táncosok, festőművészek és workshop-járók. Sokan közülük folyamatosan dolgoznak önmaguk fejlesztésén. Ez a plasztikai sebészet és a fodrázsköltemények típusa is, de minden Négyes szeret különleges stílusban öltözködni. Órákig tudnak dolgozni a tökéletesen „természetes” hatású smink elkészítésén, mely a legjobban illik az értékes, természetes anyagokból készült öltözkökhöz. Egy Négyes, még ha a használt ruhák boltjából öltözködik is, mindig stílusos külsőt alakít ki. De ha a világ legjobb boltjaiban vásárol, akkor is úgy öltözik fel órák munkájával, mintha csak véletlenül kapta volna fel magára épp ezt a ruhát.

Míg a Kettes elnyerte Apuci szeretetét, a Négyes az apa elvesztését éli át. A férfi és női Négyesek egyaránt úgy érzik, hogy elvesztették a kapcsolatukat az apjukkal, és ezt az érzést önmaguk ellen fordítják, úgy értelmezve, hogy valami baj lehet velük. Ettől kezdve a Négyes olyan csodálatossá igyekszik tenni magát, hogy az apja kénytelen

legyen szeretni. A veszteség érzése és ennek önmagukba vetítése a világ legnagyobb „dráma-királynőivé” teszi őket.

Mivel a veszteségtől „megbélyegzettnek” és ezért különlegesnek érzik magukat, a Négyesek elitnek tartják magukat, és úgy vélik, hogy nem vonatkoznak rájuk a normál szabályok. Mint gyönyörű vágott virág egy kristályvázában, mely el van vágva a gyökerétől, s így máris haldoklik, a Négyes tobzódik a melankóliában.

A Négyesek függőségben állnak a szeretettől. Úgy érzik, sosem kaphatnak eleget belőle. Egy Négyesnek állandóan, változatos módokon bizonyítanod kell a szerelmedet. Folyamatosan figyelj, hogy ezt teszed-e. „Mit tettél értem mostanában?”

Sok Négyes úgy érzi, hogy annyit szenvedett már, hogy senki sem tudja ezért kárpótolni őket. Egy Négyes azt mondta: - Ezt lehetetlen helyrehozni, mert úgysem tudok túljutni az alapvető elhagyottság-érzésemen.

- Sosem szeretnél igazán! - sikoltanak vagy panaszkodnak sokszor egészen váratlanul. Újabb kör kezdődik az érzelmek óriáskerekén.

A Négyesek erős érzelmi életet akarnak élni, teljes lendülettel és robbanásra készen. Ezért van erős vonzalom a Négyesek és a Nyolcasok között, mert közös bennük ez a robbanékonyságig felfokozott érzelmi intenzitás.

A hagyományos Japán Négyes kultúra. A közös tudatalattijuk legmélyén a kínai gyökerektől, az ázsiai kontinenstől való elvágtottság érzése rejlik. Ez a kínai kultúrával szembeni mély kisebbségi érzés hatja át a japán esztétikát. Épp ezért a japánok a kínai értékek legjavát vették át és próbálták tökéletesíteni. A kimonó, a teaszertartás, a Zen, a Go-játék, az akupunktúra, az építészet és a kertművészet mind a kínai gyökerekből alakultak ki.

A japánok kedvenc évszaka az őszi. A Négyesek a kifinomult haldoklást értékelik. A japán művészet legkedveltebb érzelmé a viszonzatlan szerelem. Még a nemzeti szimbólumukról, a cseresznyevirágról szóló himnuszuk is panasznak hangzik.

A japán kert kísérlet arra, hogy a természetet még természetesebbé tegyék. A legjobb japán kertek olyan tökéletesen természetesnek tűnnek, mintha sosem járt volna bennük ember. Ezt a hatást azonban gondos beavatkozásokkal érik el, például minden követ tudatosan helyeznek el, a lehullott leveleket pedig naponta összegereblyézik. Ilyen értelemben a japán kultúra messze meghaladta a kínait. Hasonlóképpen a Négyes emberek is rendkívüli műgonddal építik fel személyiségük és külsejük minden kis részletét, hogy végül a könnyed természetesség érzését keltsék.

A SZENVEDÉLY

Az irigység szenvedélyének hatása alatt a Négyes mélyen átérzi az önbecsülés hiányát, és ezért szükségesnek tartja, hogy állandóan összehasonlítsa magát másokkal. Emögött az az érzés van, hogy „az enyém nem olyan jó”. A Négyes olyan sebzettnek éli meg önmagát, hogy számára mindig zöldebbnek tűnik a fű a kerítés túlsó oldalán. Valaki másnak mindig jobb van valamiből, boldogabbnak tűnik, vagy olyan, mintha az övék lenne a tökéletes kapcsolat.

Van olyan érzés is a Négyesben, hogy nincs neki elég valamiből. Sok Négyes imád körülnézni valaki másnak a lakásában, hogy lássa, milyen a sajátjához képest. Előfodulhat, hogy a Négyes kényszerrel érez a túlzott vásárlásra, egyre újabb anyagi javak beszerzésére. Ez a tipikus vásárlók pontja, sokszor pedig az áruházi tolvajoké is, akik más próbált bűntényekbe is belekeveredhetnek.

Minél messzebb van valami, annál jobbnak tűnik, és minél közelebb kerül, annál rosszabbul néz ki a szemükben. A Négyesek élete gyakran a vágyakozások története olyan emberekért vagy dolgokért, amiket meg szeretnének szerezni maguknak. Ha viszont egyszer megszerezték, akkor mintha csak hamuvá válna a kezükben. Ahogy Woody Allen mondta: - Sohasem lépnek be egy olyan klubba, amely elfogadna engem a tagjai közé.

Ha pihenés közben látunk meg egy Négyest, gyakran igazi szomorúság látszik a szemében - mint ahogy A francia hadnagy szeretője című film címszereplőjét láhattuk (Négyes szerep, bár Ötös játssza), amint egyedül áll a szakadék szélén, vágyakozva és várakozva. Az élet nekik jobb volt a múltban, vagy jobb lesz a jövőben. Melankólikus vágyakozást éreznek a múltbeli életük után, vagy a fehér lovon érkező hercegre (hercegnőre) várnak, aki sosem fog eljönni. Minél közelebb kerül hozzájuk valaki, annál inkább látni kezdik a szépséghibáikat és a tökéletlenségeiket.

A Négyesek igazán nagy vágyakozást tudnak érezni. Hisznek abban, hogy nekik mélyebb érzéseik vannak, mint a többi embernek. Ebből annyi igaz, hogy alighanem a Négyesek tudják kifejezni a legszélesebb skálán az érzelmeiket.

Ha egy Négyessel mesz vásárolni, és veszel egy pulóvert, akkor azonnal ő is szükségét érzi, hogy vegyen egyet. Ha kapcsolatban élsz egy Négyessel, és közben lesz egy másik szeretőd, akkor neki biztosan mindjárt kettő kell, hogy legyen.

Egy Négyes úgy jellemezte ezt: - Soha semmiből nem elég, és mindig mindenből több kéne. A féltékenység nekem abból áll, hogy mindent személyes sértésnek veszek. Úgy érzem, hogy mindennek, ami történik, énhozzám van köze.

AZ ESZMÉNY

A Négyes önhittsége abban áll, hogy úgy érzi, ő nemcsak egyedi, mint mindenki más, hanem még más is, mint a többiek. Az eszménye: „Elit vagyok. Miután engem megteremtettek, összetörték azt az öntőformát”.

Van bennük valami elit-tudat és kívülállóság-érzés, de ugyanennek a másik oldalán úgy érzik: „Én nem vagyok olyan jó, mint mások”, és ez irigységet vált ki belőlük.

A Négyes felismerésének egyik alapja az, hogy különlegesnek érzi magát. Mintha Isten félóra alatt teremtette volna a többieket, aztán egy óráig csak a Négyesekkel foglalkozott volna.

A Négyesek gyakran művészek, akik elit értelmiségi vagy bohém körökben, meg más különleges perem-helyzetű csoportokban forgolódnak.

GYERMEKKOR

A Négyesek gyermekkoruk az elveszett édenkert története. Bár a létfenntartó Négyesek gyakran már az anyaméhben érezték a kapcsolat elvesztését és a szenvedés kezdetét, a csecsemő-és gyermekkorukra általában mint az idilli üdvösség állapotára emlékeznek vissza. Gyermekként a szeretet édenkertjében sütkéreztek, gondoskodásban és szeretetben volt részük. Apjukat olyannak látták, mint a Napot, amely beragyogta és táplálta őket.

De egy napon kiűztek az édenkertből. Ennek a klasszikus története a kislánnyról szól, aki majd megőrül az apjáért, és az apja is ôerte, sokat játszanak, ölelgetik egymást, és gyengédek egymáshoz. Aztán egyszer csak az apa észreveszi, hogy szexuális energiát

érez iránta, és megijed ettől. Amikor legközelebb az ölébe ugrik a kislánya, azt mondja: - Nem, szállj le. - Ebből pedig a kislány úgy érzi, hogy valami baj van, és ez az ő bűne. Valami nincs rendjén vele. Kiűzetett a Paradicsomból.

A Négyes végzetesen megbélyegzettnek érzi magát emiatt az elválasztottság miatt, a szeretet elvesztése miatt, amelyet úgy értett, hogy „Biztosan valami baj van velem”.

Úgy tűnik, hogy a férfi Négyesekben, éppúgy, mint a nőkben, az apa szeretetének elvesztése körül épült fel a fixáció. Vannak olyan létfenntartó Négyesek is, akik méhen belüli élményüket mesélik el, amely szerint egyik szülőjük sem akarta, hogy megszülessenek. Már akkor úgy érezték, hogy nem szeretik őket, és ezt személyes sértésként élték meg.

Gyakran az anyai gondoskodás is hiányzott, mégis elsősorban az apa elvesztése hozta létre a fixációjukat. Csak akkor van ezalól kivétel, ha az anya volt a domináns partner.

Az édenkert visszanyerése érdekében a Négyes kénytelen olyan különlegessé válni, hogy ne vonatkozzanak rájuk a megszokott szabályok.

Image-pontok lévén a Négyesek igazán kreatívak, ami néha úgy is megnyilvánul, hogy amint eléri a késő pubertást, általában a lehető legszörnyűbb viselkedést és kapcsolatokat képesek produkálni, amit csak el tudnak képzelni a szüleik. Más bőrszínű partnerekkel kezdenek randevúzni, ha ez a család legnagyobb félelme, és gyakran szélsőségesen korai szexuális kapcsolatokba kezdenek.

Ha a Négyes szülei a drogok elleni harc kereszteslovagjai, akkor jó esély van arra, hogy gyermekük pont ezekkel fog kísérletezni, és még büszkélkedik is vele. Ez azonban nem lázadás. A Négyes sosem lép át az Enneagram nonkonformista oldalára, noha első ránézésre nagyon is nonkonformistának tűnhetnek. Felháborítóan öltözködhetnek, felháborító dolgokat mondhatnak, de mindezt mindig abban a szövegkörnyezetben teszik, hogy ők továbbra is a családba tartoznak. Igazi függőségben maradnak a szüleiktől, és nagyon sokáig azt próbálják bizonygatni, hogy „Én olyan különleges vagyok, hogy megérdemlem, hogy visszafogadjatok az édenkertbe”.

Az édenkert elvesztésének érzése vágyakozást kelt bennük. Újra meg újra létrehozzák maguknak a veszteség érzését. Szerelmesek lesznek, érzelmi robbanásokat idéznek elő, és megszakítják a kapcsolatot. Ezután máris a következő után vágyakoznak, vagy pedig megbánják, hogy lerombolták az előző kapcsolatukat. Akárhogy is, mindig kapcsolatokra vágyakoznak, aztán ha megvan, felrobbantják, és ez így megy vég nélkül.

Gyakran úgy érzik, hogy nekik kell szétrobbantaniuk a kapcsolatot, mielőtt még túl mélyé válna, és a partner észrevenné a Négyes mély lelki sérülését, a tragikus sebzettségét, és ő hagyná ott emiatt. Gyermekkoruktól az elhagyatottság élményétől félnek, ugyanakkor viszont meg is teremtik ezeket a helyzeteket, amik aztán végigkísérik az életüket.

BESZÉDSTÍLUS

A Négyes beszédstílusa a panaszkodás (lamentálás). Amikor az Enneagram-pontok stílusait tanítom a tanítványaimnak, néha megkérem őket, hogy hunyják be a szemüket, és hallgassák meg a különböző típusok beszédét, de ne törődjenek a szavakkal, csak hallják meg az érzelmi tónust, amit közvetítenek. A Négyes sírós szomorúsága minden óvatlan pillanatban előjön. Ők a pletyka specialistái, de egyben a legszomorúbb,

legsiralmasabb történeteket is ők mesélik. Ismerek Négyes nőket, akik órákig tudnak telefonálni, ha a barátnőiknek panaszkodnak a kapcsolataikról és az élet megpróbáltatásairól.

Image-pont lévén a Négyes gyorsan tud reagálni bárkinek a hangulatára, akivel beszél, vagy aki a közelében van. A Négyesek tréfásak és ragyogóak is tudnak lenni, gyakran pedig öntudatlanul is szellemesek. Ez különösen akkor igaz, ha valami másról beszélnek, és nem saját életük tragédiájáról.

Judy Garland is Négyes volt, akinek panaszos hangja minden dalát áthatotta. Billy Hollyday szintén Négyes, és az ő zenéje is életének szomorú tragédiáját tükrözte.

AMIT ELKERÜL

A Négyes az elveszettség érzését igyekszik elkerülni. Van azonban a karakterüknek két olyan eleme, amely éppen ezt az érzést váltja ki. Először is a Négyesek gyökértelennek és alapvetően irányvesztettnek érzik magukat. Ennél is fontosabb azonban az, hogy egy „fekete lyuk”-szerű belső ürességet éreznek. Ezért a Négyes a táplálkozási rendellenességek pontja is. Gyakran mondják azt, hogy a torkoskodással ezt a „fekete lyukat” próbálják betölteni.

A Négyesek rendszerint tévesen tájékozódnak a térben és az időben. A tájékozódásuk majdnem mindig valaki máshoz kapcsolódik. A kapcsolatokkal védik ki az elveszettség érzését. A hisztéria-pontok a többenél erősebben függővé válnak a szeretettől, és talán még közülük is a Négyes a leginkább függőségbe kerülő típus. A szerelmi kapcsolatokkal is a „fekete lyuk” érzését próbálják betölteni, és az elveszettség érzését igyekeznek elkerülni.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

A Négyes védekező mechanizmusa az önmagába vetítés. Amikor ijednek, értéktelennek és szeretetre méltatlannak érzi magát, a Négyes a környezet minden negatív érzelmét egészben lenyeli és önmaga ellen fordítja.

Míg a Nyolcas mindent letagad, a Hatos pedig kivetíti a hibákat a környezetre, a Négyes minden negatív dolgot magára vesz. Ez éppúgy vezethet pszichoszomatikus betegségekhez, mint érzelmi traumákhoz, vagy depresszióhoz. Ez a rendkívül furcsa védekező mechanizmus nemcsak hogy nem véd meg a világ negativitásai ellen, de még magára is veszi azokat.

A Négyesek az érzelmi testükben élnek leginkább, ezért nagyon érzékenyek az érzelmi környezetükre. Ha egy Négyes belép egy csoport ember közé, azonnal érzékeli az érzelmi állapotukat. Ezért ha minden negatív érzelmet önmagába vetít, azaz a sajátjának hiszi őket, ez egészségügyi és érzelmi problémákhoz vezethet nála.

A CSAPDA

E típus csapdájának a neve eredetiség. A Négyes nézőpontja szerint minden a stílus. Sohasem tenne olyasmit, ami megzavarná a hangulatot, a jómodort, vagy a stílust. Hallottam olyan Négyesről, aki órákig ült és szenvedett, de nem ment ki a vécére, mert nem akarta megszakítani egy beszélgetés fonalát. Egy másik ismerős Négyes sosem volt képes vécére menni a kedvese lakásán, mert mert úgy érezte, ez túl durva dolog lenne.

A Négyesek órákat töltenek azzal, hogy úgy fessék ki magukat, mintha semmi sem lenne rajtuk. Az Esalen Intézet programjain a legtöbb nő nem visel sminket, de a

Négyesek csaknem mindig. Ezt azonban olyan ügyesen használják, hogy természetesnek tűnik az arcuk. Nem sajnálják rá az időt, és tudatosan ügyelnek minden kis részletre, hogy elérjék ezt a művészi hatást.

Mindez kísérlet arra, hogy természetes, eredeti, kislányos nőnek tünjenek. Ez a stílus erősen eltér azoktól a nőktől, akik magassarkú cipőt és szembetűnő arcfestéket viselnek. A stílusuk lényege a természetesség. A Négyesek utálják a hamis és unalmas dolgokat. A legrosszabb, amit egy Négyes mondhat rólad, az, hogy mesterkéltnak és unalmasnak vagy.

A Négyesek egyedi, eredeti, természetes lényeknek tartják magukat. Nem akarják, hogy észrevedd a szem- és hajfestésüket, vagy a sminkjüket. „Ez csak önmagam természetes kifejeződése” - ezt kommunikálják tudat alatt.

Érdemes észrevenni a Négyesek egyéni öltözködési stílusát, különös tekintettel a cipőikre. A Négyes nőknek mindig gyönyörű csizmáik vannak. Gyakran a Négyes férfiak is ki tudják fejezni a különlegességüket a lábbelijükkel.

Ismerek egy Négyes férfit, aki workshopokat vezet Esalenben. A szandáljairól ismertem fel a karaktertípusát.

Neki voltak a legsajátosabb lábbelije, amiket valaha is láttam. Semmi harsány, csillogó vagy figyelemfelhívó nem volt bennük, viszont tökéletes részletek és egyedi stílus jellemezte őket. A pólói sem egyszerű trikók voltak, amiket mindenki más hordott, hanem különlegesen szabott ujjuk volt. Az egész öltözködése egyéni volt.

Ugyanakkor egész életében magában hordozta azt az érzést, hogy sohasem volt elég jó az apukájának. Ő volt az iskolai focicsapat kapitánya és atlétizált is, de ezzel sem tudta visszaszerezni az apja szeretetét, így mindig úgy érezte, hogy ő nem elég jó.

Egy másik szexuális Négyes férfi, aki részt vett az egyik workshopunkon, szintén mindig a legjobban öltözött ember volt az egész teremben. Nem úgy öltözött, hogy felhívja magára a figyelmet, bár az is igaz, hogy saját pasztell-kék színű meditációs párnája volt. Egyedi mintájú zoknikat viselt, és kitűnő szín-és stílusérzékről tett tanúbizonyságot. Még amikor felemás zoknikat vett fel, ami laza, hippy-stílusú gesztus volt, akkor is külön-külön gyönyörű volt mindkét zoknija, sőt tökéletes harmóniában álltak egymással.

A VÉGLETEK

A Négyes végleteinek neve racionalitás-tájékozódásképtelenség. Mint minden karakternél, itt is mindig jelen van mindkét pólus, de minden Négyes csak egyiküket mutatja megszokott egó-álarcként a világ felé. A tájékozódásképtelen, irányvesztett Négyes tipikus példája a „szédült nő”, akin a férfiak mindjárt segíteni akarnak. Akár szó szerint hiányos a térbeli tájékozódási képességük, és nehezen tudnak követni egy térképet vagy megadott útvonalat, akár csak egy beszélgetés menetét nem tudják követni, a Négyesek irányvesztése mindig két dologból ered. Az egyiket már említettük: a gyökértelenség érzését. A másik ok az, hogy a Négyes annyira el van foglalva a saját érzelmi drámájával, hogy nem sok figyelmet tud szentelni emiatt a világ többi részének.

Másrészt viszont a racionális vagy elemző Négyes időnként túlságosan is mentálisnak tűnik, rengeteget gondolkodik. Úgy próbál elmenekülni az elveszettség és az eltévedés érzésétől, hogy megpróbál a gondolatok világában maradni. Vannak férfiak Négyesek, akik szeretnék elkerülni a mély érzéseket, amelyeket a környezet nem tekint „férfiasnak”, így a felszínen racionálisnak tűnnek. Nem sokkal a felszín alatt azonban ott

forrong az érzelmeik tengere, amely gyakran a legkevésbé megfelelő időben tör elő, megzavarva a „hidegen racionális” pózt.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: A RETTENTHETETLEN

A rettenthetetlen típusú Négyes olyasvalaki, aki elszánta magát arra, hogy a tragikus gyenge pontja ellenére sikert fog aratni. Ők azok, akik megkísérelnek vadul és ádázul utat törni a sikerig. Bette Davis, Orson Welles és mások a meredt tekintetükben hasonlóak egymáshoz, amely a szemük mögötti nyomásból ered. Nem minden létfenntartó Négyesnek ilyen a tekintete, de azért ez eléggé jellemző erre az altípusra. A rettenthetetlenségük az elhatározásukból ered: „Márpedig érvényesülni fogok!”.

Lehet olyasmi is a stílusukban, hogy veszélyesen szeretnek élni peremhelyzetekben. A Nyolcasokhoz hasonlóan ők is úgy érzik, hogy a normál társadalmi szabályok rájuk nem vonatkoznak. Amikor szélsőséges helyzetekben vannak, és a fennmaradásuk a tét, az ebből felszabaduló energia élettellivé teszi őket. Gyakran nagyon magas enégiájú, kreatív emberek. Mégis, van bennük valami a részeg kötéláncosból.

Orson Welles a klasszikus példája ennek a jelenségnek. Amikor fiatal rendező volt Hollywoodban, megrendezte a Kane polgártárs című filmet. Ebben az időben W. R. Hearst, a főszereplő élő modellje volt a Nyugati Partvidék egyik legnagyobb hatalmú embere, ami önmagában is elég kockázatos téma egy kezdő rendező első filmjének. Ezzel véget is ért a rendezői pályafutása. Később borok reklámfilmjeit forgatta. Ez a rettenthetetlen Négyes stílusa: borotvaélen élni, és kudarc esetén továbblépni a következő szerencsejátékba, egy új kockázatba.

Francis Ford Coppola, egy másik rendező is e típust példázza. A Keresztapa-filmjeivel óriási pénzügyi sikert ért el. Dollármilliói voltak a bankban, mégis mindenét újra kockára tette az Apokalipszis most forgatásakor.

Első látásra a létfenntartó Négyesek Hármásoknak is tűnhetnek annyiban, hogy ugyanolyan keményen hajthatnak a teljesítményekért. Az indítékuk azonban nem a Hármak hatékonyság-imádata. Náluk a sérültség, a megbélyegzettség érzése az alap, de azt mondják maguknak: „Csakazértis megcsinálom!”. Ha egy kicsit közelebb kerül sz hozzájuk, mindjárt feltör a rejtett szomorúság. Úgy érzik, hogy valójában nem elég jók, és ezáltal végzetesen megbélyegzettek.

SZOCIÁLIS: A SZÉGYEN

A szociális Négyes gyakran úgy tűnik, mintha el lenne tévedve a világban. A zűrzavar köd felhőjében úsznak át a világon. Ez az Enneagram legkétségbeesettebb pontja, mert mélységesen úgy érzik, hogy nincsenek a helyükön. A szégyen érzése hatja át életük minden területét.

Ritkán találni olyan szociális Négyest, akinek valóban sikerül kijutnia a nyilvánosság elé. Azt hiszem, Judy Garland az egyik ritka példa erre.

Egy szociális Négyes ismerősünk csupa régi ruhában jár, és szigorúan takarékoskodik még az ételével is, miközben minden pénzét a bankban gyűjti arra a célra, hogy „ha majd egyszer elkezdődik az igazi élet”, akkor abból élhessen.

SZEXUÁLIS: VERSENGÉS

A női szexuális Négyes versengési hajlamának az alapja talán a pénisz-irigységben rejlik. Minden emberi kapcsolatukban hajlamosak a versengésre, de különösen a partnerükkel. Mindenben igyekeznek megelőzni a partnerüket. Ha vesz valamit a partner, a szexuális Négyes égető szükségét érzi, hogy ő is elrohanjon venni valamit magának.

Ők az Enneagram legjobban öltözött emberei. Rengeteg időt töltenek a laza, természetes megjelenés eléréséhez szükséges ruhadarabok megvásárlásával és külsejük ápolásával. Míg a szociális Négyes sokszor használt ruhákban éli az életét, és az igazi élet kezdetére vár, addig a szexuális Négyes könnyörtelenebb önmagával. Ők az Enneagram nagy vásárlói, remek ruhatárral. Prince is szexuális Négyes.

Ha egy szexuális Négyes nyitott kapcsolatban él, akkor biztos, hogy több szeretője lesz, mint a partnerének. Ha a partnere ruhát vásárol, akkor a Négyes könnyen pánikba eshet, hogy nem marad elég pénz, és rátör az ellenállhatatlan vágy, hogy gyorsan ő is vegyen valamit, mielőtt még kiürülne a kassza.

Az ellentétpár racionális, elemző oldalán álló szexuális Négyes gyakran használ éles stílust, és makacsul ragaszkodik a véleményéhez. Joni Mitchell jó példája a szexuális Négyes egyedi stílusának.

PÉLDÁK

Kitûnô film készült Yukio Mishima életéről. Nők nevelték fel, és mindig az apja után vágyakozott, aki sosem volt vele. Makacsul kitartóvá vált. Regényíró és politikai kalandor lett, majd magánhadsereget hozott létre. Gyönyörû volt az egyenruhájuk. A japán társadalmat mint óriási színpadot használta élete melodramájának előadására.

Hadseregével nagy színjáték keretében elfoglalta a parlamentet, hogy közzétégye romantikus hitvallását, mely a szent szamuráj-kultúrához való visszatérést hirdette. A lovagi erények korába vágyott vissza, és ezt látta a legjobb útnak a japán szellem tisztaságának visszanyerésére. A színpad mögötti szexuális eltévelyedései és önpusztító hajlama talán a Négyes rejtett, sötét sérülésének megnyilvánulásai voltak. Életét azzal fejezte be, hogy közéleti ügyet csinált az öngyilkosságából, a médiák bevonásával.

A Négyes lélek egy másik példáját lásd R. D. Laing Tényleg szeretsz? című könyvének címadó szakaszában...

A MAGASABB OKTÁV

A Négyes magasabb oktávja a Mûvész. Ösvénye az egyensúly, a Szent Eszméje pedig az eredet. Ez az eredet a gyökerekkel való kapcsolatfelvételt jelenti. A létfenntartó Négyes esetében úgy tûnik, hogy az elvágottság érzése már a méhen belül megjelenik. A többi altípus pozitív méhenbelüli élményekről számol be.

A transzállapotokban végzett terápiás munka rendkívül értékes a Négyesek számára. A Földhöz mint ôsanyához és az Éghez mint ôsapához való kötődés megélése a Négyes egészséges érzelmi életének kulcsa. A Világmindenséggel való kapcsolat érzése a Négyes szent eszméje.

Az egyensúly vagy kiegyensúlyozottság ösvénye azt jelenti, hogy az életet mélyen és teljesen át lehet élni az érzelmi hullámvasút nélkül is. A Négyes világának érzelmi ingatagsága a létfenntartó Négyesben nyilvánul meg a legfeltûnôbben, aki

minden újabb lépésével mindent kockára tesz. De minden Négyes hasonlóan robbanékony állapotban él, és mintha a borotva élén táncolna a kapcsolataiban. Tudják, hogy az érzelmi kitörések élettellivé teszik őket. Valamiféle szado-mazochista módon szeretik a megtört szív állapotát.

A Négyes számára fontos, hogy kitartóan szeressék önmagáért, még akkor is, ha ő próbálja eltávolítani magától a partnerét. Azt hiszi, hogy ha bárki elég közel kerülne hozzá ahhoz, hogy meglássa a valódi lényét, akkor azonnal otthagyná, így aztán ezt meg akarja előzni azzal, hogy ő küldi el a partnerét. Az elhagyottságtól való félelem gyógyítása a Négyes típussal való munka másik kulcsa.

Ez az a pont, ahol a művészet belép az Enneagramba. Ezeknek az embereknek eleve igen kifinomult esztétikai érzéke van. Amikor a szent munkájukat végzik, akkor a világ és a test természetes szépségét emelik magasabb, művészi szintre.

A NÉGYES PONT KÉRDÉSEI

1. Úgy érzed, hogy életed nagy részét állandó háttérként áthatja egy mély szomorúság?
2. Gyakran jobbnak tűnnek neked emberek vagy dolgok, ha a jövőben képzeled el őket?
3. Gyakran érzel nosztalgiát elmúlt kapcsolataid után?
4. Különlegesen érzékenynek tartod magad?
5. Gyakran vádolnak azzal, hogy túlságosan drámai vagy a kapcsolataidban?
6. Fontosnak tartod a magasan fejlett és kifinomult stílusérzékedet?
7. Észrevetted, hogy átveszed a környezetekben levők hangulatait?
8. Zárkózottnak tartanak néha mások?
9. Élvezed a színházat, a táncot, vagy a művészi önkifejezés egyéb formáit?
10. Nagyon fontos neked, hogy különlegesen természetes legyen a külső megjelenésed?
11. Úgy találod, hogy te szoktál rászorulni a másokra a kapcsolataidban?
12. Úgy érzed, hogy mások sokszor félreértik a mély érzelmeidet?
13. Félsz a kapcsolataidban attól, hogy elhagynak?

A PARANOID-SKIZOFRÉN TÍPUSOK - A FÉLELEM-PONTOK

A félelem-pontok karakterfixációja a mentális testben kristályosodott ki. Ezek a pontok a fenyegetőnek érzett külvilággal szembeni védelemre használják az elméjüket. A félelempontok alapstílusa az, hogy eltávolodnak más emberektől.

Ezt a csoportot néha úgy is hívják, hogy „a cselekvő típusok”, de ugyanakkor mindig erős ellentétben áll náluk a gondolkodás és a cselekvés. A belső gondolati tárgyakkban, eszmékben való mély elmerülés általában visszatartja e típusok tagjait a világos, határozott cselekvéstől.

A Hatos gondolat- és hiedelemrendszerek mögé rejtőzik, hogy elrejtse az elemi ösztöneit. Ily módon elveszti a külvilággal való ösztönös kapcsolatát. Ez viszont kételyt szül, és dadogásra emlékeztető bizonytalanságot a viselkedésükben és cselekvésükben.

Az Ötös azért gyűjt információkat és tudást, hogy ezek megvédjék a fenyegetőnek és túlterhelőnek érzett külvilág ellen. Külső kapcsolatait korlátozóknak és nyomasztóknak érzi, ezért visszavonul egy belső gondolati világba.

A Hetes egymástól látszólag független dolgokat kapcsol össze váratlan módokon, hogy a virtuóz gondolkodásban való káprázatos képességeit fitogtassa. Ily módon a hallgatója és önmaga figyelmét egyaránt eltereli bármilyen mély érzelmi kapcsolat lehetőségéről. Ezzel kerüli el a fájdalmakat. A Hetes legmélyebb, öntudatlan félelme az, hogy elveszítheti a helyét Isten nagy tervében, s ezt végtelenül sok tervezgetéssel és a lehetőségek szüntelen fontolgatásával kompenzálja túl. Kész arra, hogy az isteni szándék eszközeként tegye a dolgát a világban, de ezzel az ürüggyel általában elkerüli a cselekvést.

A HÓS/APA

A HATOS PONT - A PARANOID TÍPUS

A FÉLELEM-GYÖKÉRPONT

MAGASABB OKTÁVJA: A HÓS

SZENT ESZMÉJE: A HIT

SZENT ÖSVÉNYE: A BÁTORSÁG

ALSÓBB OKTÁVJA: A PARANOID

SZEMÉLYISÉG

SZENVEDÉLYE: A KÉTELY

ESZMÉNYE: HÛSÉGES VAGYOK

BESZÉDSTÍLUSA: KORLÁTOK FELÁLLÍTÁSA

AMIT ELKERÜL: ELTÉRÉS A NORMÁKTÓL

VÉDEKEZŐ

MECHANIZMUSA: A KIVETÍTÉS

CSAPDÁJA: A BIZTONSÁG

VÉGLETEI: ERÔSZAKOS - MEGADÓ

PÉLDÁK A 6-OSRA: Woody Allen,
Sigmund Freud,
Arnold Schwarzenegger,
Sylvester Stallone,
Napoleon,
Adolf Hitler,
V. I. Lenin,
Hamlet,

Steve McQueen,
Bruce Lee,
Chuck Norris,
Humphrey Bogart

A Hatos a félelem-gyökérpont. Amint a düh-gyökérpont esetében nem fejeződik ki a düh, a hisztéria-gyökérpontnál pedig nem nyilvánul meg a hisztéria, a Hatosnál a félelem jeleinek látszólagos hiányát figyelhetjük meg.

A Hatosok a mentális testükben élnek, hogy kivédjék a félelmet. Különösen szeretik a pszichológiát és a hideg logikát. Sok közöttük a sakkozó, és öbennük a legerősebb a belső párbeszéd. A Hatosok mindig a fejükben próbálják kitalálni, hogy milyen a világ, és szüntelen párbeszédet folytatnak önmagukkal.

Mivel az elméjükben élnek, elveszítik a kapcsolatukat az érzelmeikkel és a testükkel. Ez bizonytalansághoz és kételyhez vezet. A Hatosok legnehezebb gondja a cselekvés elkezdésével van. Ezerszer is átgondolnak valamit, mire a gondolatból elkezdenek megvalósítani valamit.

Hogy át tudd élni azt az állapotot, amelyben a Hatosok élnek, képzelj el, hogy egy vidéki, elhagyatott házban laksz, és éppen egy viharos éjszaka van. Egyedül vagy az emeleti hálószobában. Egyszer csak felébredsz álmodból, mert mintha egy hangot hallottál volna. Nem vagy biztos benne, hogy valójában hallottad-e, vagy csak álmodtad. Lélegzeted visszafojtva fekszel az ágyban, és hallgatózol, felfokozott érzékenységgel minden neszre. Nos, ez elég jól megközelíti a Hatosok megszokott állapotát. Állandóan éberen figyelnek a lehetséges veszélyek közeledésére, gyanús léptek hangjaira, így gyakran gondjaik vannak a kimerültséggel és nehézségeik vannak a cselekvéssel.

Amikor valóban felhangzik a következő lépés nesze, amikor a veszély beigazolódik, akkor a Hatos végre akcióba lendülhet. Ha sikerült meghatározni a veszélyt és az valódinak bizonyul, akkor a Hatosból előjön a Hős. Ezért sok Hatos mentősofőr van, intenzív osztályokon is gyakran dolgoznak, de hivatásos atléták is vannak közöttük. Mihelyt valóságos veszély van jelen, a Hatos akcióra kész.

Amikor nincs valódi veszély, sem pedig szervezeti rendszer, amelyhez hű és lojális lehetne, a Hatos viselkedése „dadogni” kezd. Belekezd dolgokba és abbahagyja őket, ez pedig igazán megmérgezheti az életét. Volt olyan Hatos kliensem, aki háromszor kezdett bele a doktorátusba, de sohasem írta meg a disszertációját. Sok Hatos szakítja félbe a szakmai pályafutását, és kezd bele valami másba.

A szervezetekhez való hűségükkel ezektől a téves belekezdésektől és megtorpanásoktól próbálnak megmenekülni a Hatosok. Ezért a hadsereg, a rendőrség és a csapatsportok kereteiben könnyen otthon érzik magukat. A szervezet iránti hűség és kötelességtudat működésben tudja tartani őket. Egy Hatos ismerősünk, aki sikeres kisvállalkozó volt, harminc évig naponta járt dolgozni a családja iránti kötelességtudatból és a felelősségére bízott szervezet iránti lojalitásból. Ebben az is segítette, hogy apja, aki Nyolcas, a partnere volt az üzletben.

Bár a szervezeti keretek működésben tartják a Hatosokat, a hatalommal általában szembenállnak, jogtalannak és hozzá nem értőnek tekintik. De ha nem is értenek egyet a vezetők tekintélyével, nem szeretnek túl keményen szembeszállni vele. Attól tartanak, hogy ha túl sok nyomást gyakorolnak a kialakult szerkezetre, akkor az összeomlik, és ez káoszhoz vezethet. Ehhez hasonló Freud félelme is az id-től, amely szimbolikusan a

mélységek behemót, szôrös szôrnyetege, akit az egónak lelakatozva kell tartania. Mindezek miatt a Hatosok állandóan apró dolgok miatt kötekednek a hatalommal. Ők azok, akik lázadoznak a hadsereg ellen, aztán bemennek és újra besoroztatják magukat. A Hatosok élvezik az erőviszonyok szerint kiverelkedett hatalmi hierarchiát. Ez is a belső rend igényét tükrözi, amelyre azért van szükségük, hogy kontrollálják a legmélyebb ösztönös belső késztetéseiket, amelyektől annyira félnek.

Mivel a Hatosok az elme eszközének tekintik a testet, sokan közülük hivatásos atléták lesznek. A sportokban kifejtett fizikai erőfeszítések útján gyakran meg tudnak szabadulni a paranoid energiáik egy részétől. Vannak Hatos futók, akik szinte függővé válnak a rendszeres futástól, és vannak közöttük feketeöves karatésok. A harcművészetekben, de más profi sportokban is, világosan ki van jelölve a harc területe, és ez az a helyzet, amelyben a Hatosok képesek a koncentrációra és a teljesítményekre.

Freud is Hatos volt, és az egész freudi pszichológia szerkezetén meglátszik, hogy egy Hatos férfi analizált hiszterikus nőt.

A Hatos felismerésének egyik támpontja a mosoly. E típus tagjai hajlamosak a nem megfelelő pillanatokban mosolyogni, hogy feloldják a félelmüket. Sokszor előfordul, hogy egy Hatos mosolyog, de a szeme nem vesz részt ebben. Valójában akkor is a lehetséges veszélyeket pásztázza a szeme. Ezt Freud és Hitler fényképein egyaránt látni lehet.

Mivel a Hatosok tekintete mindig a veszélyt keresi, talán ők az Enneagram-pontok közül a legjobb megfigyelők. A telepátikus képességek éppúgy jellemezhetik őket, mint a paranoia. Szeretnek mindig a színfalak mögé látni, és megtalálni a dolgok igazi értelmét. A látható információkat is tudomásul veszik, de nem elégszenek meg vele, hanem a látszatok mögött rejlő mélyebb, igazi jelentést keresik.

A SZENVEDÉLY

A szenvedély, mely a Hatos gépezetét hajtja, a kétely. A Hatos mindenben kételkedik. Ez először is a belső párbeszédben jelenik meg, amely az önmagával és a világgal szembeni kételkedését egyaránt kifejezi. Amikor az Enneagrammal találkozik, a legtöbb Hatos kételkedik benne, hogy ő ebbe a típusba tartozna. Először is lázadnak azellen, hogy egy logikus típusba sorolják őket. El is mondják, hogy nem szeretik, ha osztályozzák őket. Ha mégis adnak egy esélyt ennek a rendszernek, hátha igaznak bizonyul, a legtöbb Hatos világosan meg van győződve róla, hogy ő nem lehet Hatos, mivel a haragjuknak sokkal inkább tudatában vannak, mint a félelmüknek. A létfenntartó Hatosok pedig általában jobban felismerik a mások megsegítésére irányuló vágyukat, mint a félelmet, amit átélnek.

A kételkedés szenvedélye úgy fejeződik ki, hogy a Hatosok hisznek a látható dolgok mögötti rejtett jelentések létezésében. Állandóan a rejtett dolgokat keresik, mert kételkednek a nyilvánvalóban.

A kétely tükröződik abban is, hogy mennyire nehéz egy Hatosnak elkezdni valamit. A Hatos halogató hajlama jelenik meg Hamlet „lenni, vagy nem lenni”-dilemmájában is. E típus kételkedik a saját képességeiben, és abban, hogy helyesen döntött-e. A kételynek se vége, se hossza. Mivel a Hatos a gondolati síkon él, ahol bármi lehetséges, nincs rá módjuk, hogy ellenőrizzék az elképzeléseik valóságosságát. Nem hallgatnak arra, hogy mit éreznek a „zsigereikben”, és nem azt követik, hanem

elmenekülnek minden ilyen mély érzés elől, hogy elkerüljék a félelmet, és megelőzzék a deviáns viselkedést, amelybe az ösztönös vágyaik sodorhatnák őket.

GYERMEKKOR

Gyermekkorukban a Hatosok valamelyik szülője, rendszerint az apja, nem igazán tudta betölteni a szerepét. Az apa alkoholista volt, üzleti csôdbe jutott, vagy egyszerűen nem volt a családdal. Egy Hatos asszony elmondta, hogy az apja édességboltja akkor ment csôdbe, amikor ô hatéves volt.

Ezért már akkor elment pótmamának, kisebb gyerekekre vigyázni pénzért, hogy segítse a család megélhetését.

Sok Hatos meséli, hogy már négy-ötéves korában az édesanyjáról kellett gondoskodnia. Gyakran úgy érzik, hogy belekényszerültek a felnőtt szerepbe, mielőtt még készek lettek volna rá. Az apa szerepét kellett játszaniuk, de belül nem érezték magukat képesnek rá - ez a Hatosok kételkedésének gyökere. A működésképtelen szülő hatása pedig később a Hatosoknak a hatalmon levő emberek hozzáértésével szembeni bizalmatlanságában jelenik meg. Mindez együtt vezet oda, hogy a Hatosok kételkednek önmagukban és a világban, emiatt pedig azt hiszik, hogy a dolgok nem olyanok, mint amilyenek látszanak.

Azt is sok Hatos mondja, hogy gyermekkorukban valami titok volt a családjukban. Mondjuk, alkoholista volt az anyukájuk, vagy valamelyik testvérük örökbe fogadott volt. Az előbb említett Hatos, akinek hatéves korában tönkrement az apja, azt is mesélte, hogy ezután egy másik városba költöztek, és mindenkinek azt kellett mondani, hogy az apukája eladta a régi üzletét, hogy ideköltözhessenek. Ez a családi titok hadiállapotot idéz elő a Hatosok gondolkodásában. Erős hűséggel kötődnek a családjukhoz, és állandó, feszült éberséggel figyelnek rá, nehogy bárki kívülálló rájöjjön a titkukra.

A létfenntartó Hatosok esetében gyakran valódi túlélési harcot találunk a kisgyermekkorban. Egy létfenntartó Hatos ismerősünknek asztmája volt, és majdnem belehalt. Egy másik majdnem megfulladt a kiságya párnájában. Amikor újraélte ezt az emléket, meglátta, hogy senki nem volt a családban, aki értett volna annyit egy kisgyerekhez, hogy észrevegye és segítsen; neki magának kellett segítségért sikoltania, hogy túlélje.

A szexuális Hatosnál gyakran mély szülési traumát találhatunk. A halál, vér és a nemi szervek együttes közelsége elemi félelmet vált ki a halál és a szex területein.

Szinte minden Hatos gyermekkorában vannak valamiféle rémek a szekrényben, a rejtett zugokban. A kis Hatos a saját gondolataival ijesztgeti magát. Azt is gondolja, hogy árthat valakinek a gondolataival, és emiatt elítéli magát. Ezért aztán minden rossz gondolatot távol tart az elméjétől. A tudatalattija azonban annál inkább kísérteni kezdi, és mindez együtt még jobban leblokkolja a Hatos cselekvőképességét.

AZ ESZMÉNY

A Hatos eszményképe: „Hűséges vagyok”. Ez nagyon korai életkorban kezdődik, a családon belül. A családjához való hűség gyakran egész életén át megmarad a Hatosban. Ugyanezt magával viszi későbbi csoportjaiba vagy szervezeteibe is. A Hatosok igazi csapatjátékosok. Úgy érzik, hogy ha mindannyian jól csináljuk a dolgunkat, együtt

mindent átvészélhetünk. A hűség kötelékeit úgy élük át, mintha közös lövészárokból lennének a többiekkel egy csatateren.

Oliver North tengerésztábornok is hűséges Hatos volt Reagan elnök szolgálatában. Boldogan vállalta, hogy hősiesen és hűségesen, a saját bőre árán is megvédje elnökét, amikor átvállalta a teljes felelősséget az Iránba való fegyverszállításokért és a nicaraguai terroristák támogatásáért.

A hűség visszája az árulás. A Hatos mindaddig lojális marad, amíg úgy érzi, hogy a csoport is lojális hozzá. Mihelyt azonban úgy találja, hogy a csoport elárulta, már igazolni tudja magának, ha ezt árulással viszonzza.

Humphrey Bogart A Sierra Madre kincse című filmjében nagyszerűen példázza a hűséges Hatos dilemmáját.

Lepusztult csavargót játszik a filmben, aki aranyat talál a Sierra Madréban. A kaland elején hűséget esküsznek egymásnak a társaival, de ahogy gyűlik a kincs, úgy erősödik Bogartban a paranoia. Mire elárulja a társait, és egyedül indul le a hegyről az arannyal, gondolatban már kivetítette rájuk azt, hogy azok árulták el őt. Amint a hegyről lefelé jövet magában beszél, a mélypontra jutott Hatos egyik klasszikus portréját láthatjuk.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

A Hatos védekező mechanizmusát kivetítésnek nevezzük. Bogart az említett filmjében jó példa erre. Mivel ő maga mohó vágyat érez az arany iránt, paranoiddá válik, és ezt a mohóságot kivetíti másokra. Mire elárulja a társait, már kivetítette rájuk, hogy ők akarták elárulni. Saját félelmének és bizalmatlanságának kompenzálására némelyik Hatos gonosz szándékokat vetíthet ki a környezetében levőkre.

Mivel a Hatosok mindig kételkednek, és rejtett értelmet keresnek a színpalak mögött, arra is hajlamosak, hogy rejtett indítékokat vetítsenek ki mások viselkedésére. Ha például egy Hatos ki szeretne kezdeni a főnöke titkárnőjével, könnyen elkezdhet töprengeni: - Vajon valójában miért léptetett elő ez a fickó? Biztosan ki akar kezdeni a titkárnőjével, és el akar tenni engem az útjából!

BESZÉDSTÍLUS

A Hatos beszédstílusának neve: korlátok felállítása. Ezzel próbálják kezelhetővé tenni a dolgokat. A Nyolcas nagy arányokban való gondolkodásmódja például az ellenkező végletet képviseli a Hatos stílusával szemben, aki arra vágyik, hogy kezelhetően kis méreteken tartsa a dolgokat. Woody Allen például arról beszél, hogy alacsony költségvetéssel szeret dolgozni. Legjobban azt szereti, ha egyetlen lakásban tud forgatni. Azt mondta, hogy mivel alacsony a költségvetése, még akkor is hozzá fog járulni a stúdió a következő filmjéhez, ha a jelenlegi nem hoz be elég pénzt.

Egy Hatos azt mondta egy Enneagram-csoporton:

Belátom, hogy szembeállok a hatalommal, de nem végletesen, mert akkor a többi szélsőségesről lennének kételyeim, akikkel egy csoportba kerültem. Ha ők velem tartanak, akkor lehet szó közös fellépésről, de az örültségeikben nem akarok részt venni. Nekem tudnom kell, hogy hová tartok.

-

A CSAPDA

A Hatos csapdájának biztonság a neve. Az ismeretlenben való kalandok lehetőségeit feladják azért, hogy biztonságban maradhassanak a meglevő szerkezetben.

Ha egy Hatosnak kockázatot kellene vállalnia, mindig a biztonság szempontjait veszi figyelembe, és eszerint dönti el, hogy megtegye-e, ez viszont kételyekhez és habozáshoz vezet. A biztonság azt jelenti a Hatosnak, hogy átgondolja, hol vannak a cselekedetei kockázatának határai. Ha előre tudja, hogy mik a lehetőségek, és tetteinek milyen következményei lehetnek, ez biztonságérzetet ad neki. Ehhez azonban tudni kellene a jövőt, és ennek a lehetetlensége ismét kételyeket ébreszt benne. Egy Hatos azt mondta: - Mielőtt bármit is tenni tudnék, biztonságban kell éreznem magam.

AMIT ELKERÜL

A Hatosok a normáktól való eltérést (a devianciát) próbálják elkerülni. Sokukban mély félelem él a tudatalattijuk sok alakban megjelenő, perverz szörnyétől, az id-től. A szexualitás elemi energiájára úgy gondolnak, mint kiszámíthatatlan, barbár erőre, melyet ha valaha is engednének szabadon megnyilvánulni, könnyen deviánssá válhat. E félelem ellensúlyozására bizonyos Hatosok erőltetett hôsködést és macho-stílust, ál-férfiasságot használnak, mint a kommersz filmek nehéz fiúi, akik a bárpult körül állva disznó vicceket mesélnek, fél kézzel nyomják össze a sörösdobozt, és a padlóra köpködnek. A Hatosoknak bizonygatniuk kell a férfiasságukat, mint például a már említett motoros rendőrök és rohamsebészek szerepében.

Egy általános iskolai művészettörténet-tanárnő, aki szexuális Hatos, azt mondta nekem, hogy ha valaha is igazán szabadjára engedte volna a szexualitását, szajha lett volna belőle.

Mivel a félelem és a deviancia elkerülése céljából sokszor minden elemi mélységű érzéstől távol tartják magukat, néha erekción zavarok is felléphetnek a Hatosoknál, vagy problémáik lehetnek az orgazmussal.

A VÉGLETEK

A Hatos típus végleteinek neve erőszakos-megadó. Mindkét stílus a veszély kezelésének módjait jelenti. Az erőszakos Hatos sokszor harciasan viselkedik és kiélezi a konfliktusokat, hogy ezzel a hozzáállással próbálja kivédeni a veszélyeket. A német kultúra Hatos stílusú, az alapállása pedig az erőszakos változat. A külső látszat sokszor dühös, erőszakos, harcias viselkedés az idegenekkel szemben. Ugyanakkor azonban ez könnyen összeomlik, és átveszi a helyét a megadás, ha nagyobb hatalommal kerülnek szembe. A hadsereg és a rendőrség általában az erőszakos Hatos stílusát példázza. A rejtőzködő veszélyekkel szembeni paranoiájukat a macho hôsködésével ellensúlyozzák. A karatebajnok, aki a rosszhírű környéken át sétál haza éjszakánként, alighanem ugyanehhez a típushoz tartozik.

A megadó Hatos azonban szövetségeket szeret kötni másokkal, és így kerüli el a veszélyeket. Sok létfenntartó Hatos tartozik ehhez a megadó típushoz, mint például Woody Allen. Érezni lehet róluk, hogy nem ártanak senkinek, a stílusuk mintha egy nyúlra emlékeztetne, és hûséget, együttműködést kínálnak a környezetüknek.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: MELEGSÉG

A Hatos altípusai térnek el egymástól a legnagyobb változatosságban az Enneagram pontjai közül. A létfenntartó vagy meleg Hatosok néha Kettesnek tűnhetnek. Meleg, gondoskodó emberek, akik ártalmatlanságukkal védekeznek a fenyegető

veszélyek ellen. Szívesen segítenek másokon. Woody Allen minden filmjét áthatja ez a stílus és hangulat. Sok női terapeutát is ismerek, aki ebbe a csoportba tartozik. Gyakran magukat is tévesen Kettesnek hiszik. Általában azonban idegesebbek, mint a Kettesek. A szorongásukat kivetítik más, számukra fontos személyekre. A tipikus önzetlen zsidó anya, akit általában Kettesnek hisznek, többnyire egy álcázott meleg Hatos.

SZOCIÁLIS: KÖTELESSÉGTUDAT

A kötelességtudó Hatos tipikus példája a motoros rendőr. Gyakran van lecsutakolt, pamacszerű szőrzetük. Rövidre nyírt bajuszt szoktak viselni gondozott frizúrával, mely néha az Egyesek sisakszerű hajviseletére emlékeztet. Az életüket irányító erők közül a kötelességtudat van a csúcson. Mindig erős kötelességérzetük van a családjuk iránt is.

Egy szociális Hatos asszony elmesélte, hogy sosem volt kapcsolata olyan férfival, aki ne lett volna nő. Attól tartott, hogy ha hozzámenne valakihez, és gyerekei lennének, akkor az irántuk való kötelességérzete tönkretette volna a karrierjét.

Ennek az altípusnak a tagjai mindig kapcsolatban maradnak a szüleikkel, és a szülői tekintéllyel való konfliktusuk igen sokáig végigkíséri őket az életükön. Vannak középkorú szociális Hatosok, akik még mindig a szüleikkel veszekszenek azon, hogy hazajönnék-e Karácsonyra. Végül, akár tetszik nekik, akár nem, mindig teljesítik a kötelességüket.

Egy szociális Hatos ismerősünk most hetven év körül jár, és nyugdíjas. Egész életében rendszeresen dolgozott, szinte egyetlen napot sem hiányzott a nyugdíjazásáig, amikor is a családja iránti kötelességtudatból visszavonult. Az apja ma is él, a kilencvenes éveit tapossa. Állandóan veszekszenek. A hetvenéves úr továbbra is a kötelességtudó fiút játssza, és Nyolcas apja ma is keményen szidalmazza.

SZEXUÁLIS: ERŐ ÉS SZÉPSÉG

E típus tagjai maguk is erősek és/vagy szépek. Hasonlóan szép és erős partnerekkel is kötnek szövetséget. Sokan közülük kontrafóbiások: szembefordulnak a veszéllyel. Nem mindenki ilyen ebből az altípusból, viszont minden kontrafóbikus Hatos a szexuális altípusba tartozik. Ugyanahhoz a veszélyhez vonzódnak, amelytől félnek. Ezért sok ejtőernyőst, hegymászót és kaszkadőrt találunk közöttük.

Evel Kneivel talán a legismertebb kontrafóbiás Hatos. Őrült és életveszélyes kaszkadőrmutatványaisal lett híres. Miután sikertelenül próbált motorbiciglivel átugrani egy kanyont, és majdnem belehalt, hamarosan újra megpróbálta. Lőtték ki ágyából, számtalan csonttöréssel esett át. Eltört már a nyaka, a gerince, és szinte minden más csontja. Mégis mindig visszahúzta valami, hogy folytassa.

Egy szexuális Hatos, aki eljött egy workshopunkra, síoktató volt. Kijelentette, hogy erősebb bármely három másik férfinál a csoportban. Halálmegvető mutatványokat tudott a lécen, de attól már félt, hogy odamenjen egy nőhöz, és randevúra hívja.

Az erő és szépség típus néha az egyik legnehezebben felismerhető alpontja az Enneagramnak. Sok ember veszi át más típusok stílusát, és első pillantásra saját magukat sem tudják behelyezni a rendszerbe. Ilyen példa néhány Kilences, aki a típusára nemigen jellemző motoros bandákhoz tartozik. Szerintem azonban a szexuális Hatosok veszik fel a legváltozatosabb álcázásokat, hogy ne kelljen a szextől és a haláltól való rettegésükkel foglalkozniuk.

Egy szexuális Hatos nôismerôsünk meg van róla gyôzôdve, hogy ô Kettes. Tipikus segítônek tekinti magát, és felháborítja a feltételezés, hogy Hatos lenne. Egy másik hölgy ugyanebből a típusból Négyesnek hitte magát a terápia kezdetén. Mûvész volt, és érzelmes, melankólikus hangulatembernek érezte magát. Sok szexuális Hatos férfi Nyolcasnak hiszi magát a macho stílusa miatt. Egy feketeöves aikido-edzô ismerôsünk is Hatos, de meg van róla gyôzôdve, hogy ô Hetes.

PÉLDÁK

Akármilyen érdekes is, a német és a zsidó kultúra egyaránt Hatos. Németország szociális Hatos. A család iránti felelôsségtudat és a vaterland, a hazájuk iránti odaadás a németek alapállása. Az erôszakos stílust képviselik a végletek közül. Az utcákon a járókelôk nem néznek egymás szemébe. Van valami vad düh a társadalmilag elfogadott álarcaikban. A német sörözô erôsen Hatos stílusú hely. Természetesen maga a német nyelv is a tudomány és logika nyelve. Hitler a paranoid félelmeknek köszönhetette sikerét, melyek a hazájukat kívülrôl fenyegetô veszélyeket képzeltek el. Ehhez járult az erôs szexuális kivetítés, amellyel Hitler a német asszonyokat féltette a megrontástól.

Az európai zsidó kultúra a meleg Hatos példája. A tanulás és az intellektus iránti szeretetével a hagyományos európai zsidóság stílusa a művelôdés és az absztrakt eszmék naphosszat való művelése. A zsidó család meleg gondoskodásának és (néha jogos) paranoiájának központja az anya. A végletek közül a megadás jellemzô rájuk, a békés, ártalmatlan, nyúl-szerû szelídség, hogy elkerüljék a támadásokat.

Talán Dan White a klasszikus példája annak a kóros méreteket öltô összeomlásnak, ami néha a Hatosokkal történhet. Elôbb tûzoltó volt, majd a katonai szolgálata után rendôr lett. Szociális Hatos lévén sikeresen megnyerte a megyei felügyelô posztját San Franciscóban. Késôbb lemondott a hivataláról, mert nem tudott elég pénzt keresni vele a családjának ellátásához. Alighogy lemondott, az öreg polgármester kinevezte a helyére az elsô nyíltan homoszexuális politikust. Ez beindított valamit mélyen White tudatalattijában. Megpróbálta visszavonni a lemondását és visszaszerezni a posztját. Amikor nem kapta meg, amit kért, bement a városházára és agyonlôtte a polgármestert meg a helyére kijelölt Harvey Milk-et.

Jim Jones egy fôleg a munkásosztályt magába foglaló társadalmi mozgalmat vezetett az egyházán keresztül. Ô is Hatos volt. Végül a közép-amerikai Guyana dzsungelébe vitte magával a gyülekezetét. Elôször akkor kezdett felfokozódni a paranoiája, amikor félni kezdett, hogy Guyana és az USA kormánya el akarja kapni ôt. Amikor az Egyesült Államok elküldte John Ryan képviselôt, hogy kivizsgálja a táborát, Ryant agyonlôttek. Ezután Jones és szinte az egész egyháza közös rituális öngyilkosságot követett el.

A Marlboro reklámembere is Hatos - a hôsies kiállítású Hatos példája. Steve McQueen is hasonló stílust képvisel.

Volt egy nô szexuális Hatos kliensem, akinek a története igen jellemzô erre a karakterre. Ôtéves lehetett, amikor erôs testi vonzalmat kezdett érezni az apja iránt. Az apja Nyolcas volt, és ô is érzett hasonló vonzódást a lánya iránt. Az apa fényképész volt, és sok idôt töltött a sötétkamrájában, ahová a kislány nem mehetett be. Egy szép napon mégis besurrant apja sötétkamrájába, és megtalálta a Playboy-magazinjait. A helyzet tele volt szimbolikával:

belopódzni az apa „sötét szobájába”, és meztelen nők képeit találni benne - mindez mély benyomást hagyott a lányban. Egyszerre vonzották, taszították és elrettentették a képek.

Nem sokkal ezután volt egy álma. Éjszaka kinn ült álmában a konyhaasztalnál (amit sosem tett volna ötévesen, mint hozzátette), és amint ott ült, egy rémalak jött ki az apja sötétkamrájából, nagykéssel a kezében. Ránézett a kislányra, és azt mondta neki: - Most felmegyek az emeletre, és megölöm a szüleidet. Ha megvagyok vele, lejövök, és téged is megöllek.

A kislány megpróbált elrejtőzni azzal, hogy úgy tett, mintha az újságot olvasná, miközben a rém eindult felfelé a lépcsőn. A lányt annyira megdermesztette a rettegés, hogy kiáltani sem tudott, hogy figyelmeztesse a szüleit. Ebben a pillanatban, amikor mozdulni sem tudott a dermesztő félelemtől, kikristályosodott a karakterfixációja. Attól kezdve mély bűntudata volt, nemcsak attól, hogy semmit nem volt képes tenni a szüleiért, hanem attól a lehetőségtől is, ami a tudatos elméje felszíne alól leselkedett.

A MAGASABB OKTÁV

A Hatos magasabb oktávja a Hős. Szent Eszméje a Hit, az Ösvénye pedig a Bátorság. Ez a Hős/Apa magasabb szintje, aki a család védelmezője. Amikor az ödipuszi késztetéseit átalakította, és sikeresen megtisztította a gyerekei felfalására irányuló vágyát, a Hős biztonságos helyé tudja tenni a világot mindenkinek.

A Hatos számára az az igazi veszély, hogy a hit eszméjét rossz tárgy felé fordítja. A hit a gyógyír a kételkedésre. Ha azonban vakhitté válik, vagy hibás elképzelésekre irányul, akkor úgy járhat, mint Oliver North, aki alkotmányellenes bűnöket követett el alkotmányos vezetője nevében. Ha túl korán épül be az egóstruktúrába a hit, könnyen szekták és keménykezű vezetők vallásos imádatává válhat.

A Hatos egyik legfontosabb leckéje az, hogy megtanulja: a bátorság nem a félelem nélküli vakmerőség. Az igazi bátorság a félelem ellenére való cselekvés képessége. A félelemnél is erősebb a félelemtől való félelem, amely meg szokta akadályozni a Hatost a cselekvésben. Ha azonban megerősödik benne a hit önmagában és a nála magasabb valóságban, akkor a félelem elveszíti a hatalmát fölötte. Ekkor maga a félelem válik a magasabb éberségre, tudatosságra és óvatosságra felszólító jelzéssé, és nem állítja meg, mint egy stoptábla.

A Hős az, aki keresőúton van az isteni után. Arthur király Kerek asztalának lovagjai bizonyára ezt a Hatos ideált jelképezik. Ezek a lovagok hűek voltak Arthurhoz és egymáshoz, a kötelességérzetük pedig a Szent Grál keresésére indította őket. A kereséshez minden biztonságot maguk mögött kellett hagyniuk. Elhagyták a csoport szervezett támogatását, és ki-ki a maga útján indult a vadonba, hogy elnyerje a megvilágosodás jutalmát, és visszahozza a világba.

A HATOS PONT KÉRDÉSEI

1. Hűséges, lojális embernek ismered magad?
2. Erős kötelességérzeted van a családot iránt?
3. Nehéz belekezdened a cselekvésbe, mert állandóan a lehetőségeken töröd a fejed?
4. Szeretsz szervezetekben és hierachiákban dolgozni?

5. Előfordul, hogy azon töprengesz, mi az, amit tényleg látsz, és mi az, amit te vetítesz ki másokra?
6. Szeretted kitalálni a rejtett indítékokat mások cselekedetei mögött?
7. Úgy érzed, hogy fontosak a törvények és szabályok, hogy normális mederben tartsák az embereket?
8. Gyakran érzel fenyegetőnek új embereket vagy helyzeteket?
9. Szükségét érzed, hogy előbb egy lépés távolságot tartsál másoktól, amíg meglátod, hogy mifélek is valójában?
10. Szeretted, ha világosan körvonalazva van, mi a munkád?
11. Érzékenyebb vagy a veszélyek lehetőségére, mint mások?
12. Úgy találod, hogy vészhelyzetekben működsz a legjobban?

A MISZTIKUS FILOZÓFUS AZ ÖTÖS PONT - A VISSZAHÚZÓDÓ TÍPUS

A BELSŐ FÉLELEM-PONT

MAGASABB OKTÁVJA: A MISZTIKUS FILOZÓFUS

SZENT ESZMÉJE: A MINDENTUDÁS

SZENT ÖSVÉNYE: A NEM-KÖTŐDÉS

ALSÓBB OKTÁVJA: A VISSZAHÚZÓDÓ

SZEMÉLYISÉG

SZENVEDÉLYE: A FUKARSÁG

ESZMÉNYE: TUDOM

BESZÉDSTÍLUSA: AZ ÉRTEKEZÉS

AMIT ELKERÜL: AZ ÜRESSÉG

VÉDEKEZŐ

MECHANIZMUSA: AZ ELSZIGETELŐDÉS

CSAPDÁJA: A MEGFIGYELŐ

VÉGLETEI: SZOCIÁLIS -
ANTISZOCIÁLIS

PÉLDÁK AZ 5-ÖSRE: Gautama Buddha,

Karl Marx,

Lao-Ce,

Albert Camus,

Franz Kafka,

J. R. Tolkien,

Kurt Vonnegut,

Douglas Adams,

Aldous Huxley,

Rainer Maria Rilke,

Dustin Hoffman,

Meryl Streep,

Bob Dylan,

Leonard Cohen,
Marlene Dietrich

Mint a Hatos befelé forduló változata, az Ötös is úgy tartja kordában a félelmeit, hogy kezelhetően apró darabokra osztja az életét. Végtelen esetben az Ötösök buddhista szerzetesek is lehetnek, akik remeteként egy barlangban élnek, minden vagyonukkal egy kis tarisznyában.

Az Ötös az építészek tipikus pontja. Minden Ötös sok gondot fordít a lakóhelyére. Szeretik a szigorúan és nyilvánvalóan kialakított határokat az életterükben. Szükségük van a saját térre. Ha együtt élnek valakivel, akkor is szükségük van saját dolgozósobára, ahova visszavonulhatnak. Nem egy Ötössel beszéltem, akinek lakókocsija van a hátsódudvarában. Ha társaság jön, átadják a házat, és visszavonulnak a lakókocsiba, amelyben csak egy személynek van hely.

Az Ötösök szeretnek a házi varázslók lenni. Mindig tele vannak ritka, netán ezoterikus információkkal egy csomó dologról, és szeretik, ha sokan fordulnak hozzájuk tanácsért. Ha titkos információkat osztanak meg valakivel, ez gyakran a baráti közelség jele náluk.

Az Ötösök szenvedélyesen független emberek. Bár nem cselekszenek olyan látványos keménységgel, mint a Nyolcasok, a maguk nonkonformista módján ők is felláznak a fennálló formák ellen. Büszkék arra, hogy képesek gondoskodni önmagukról. Sok Ötös elindult már egy kevés pénzzel körülstoppolni külföldi országokban. Azok az Ötösök, akik nem tették ezt, általában szívesen megtennék. Mély elégtétellel tölti el őket, hogy nagyon kevés elég nekik a megélhetéshez, és mélyen élvezik azt, hogy idegenek lehetnek egy ismeretlen földön.

Minden Ötös szeret láthatatlan megfigyelő lenni. Társas összejöveteleken is szeretnek a háttérben maradni. Néha olyanok, mint egy ágon ülő bagoly, aki a kívülálló érdeklődésével figyeli a többieket.

Gyakran eléggé semmitmondó a külsejük. Szinte láthatatlanná tudnak válni egy társaságban. Sokszor vékony a nyakuk, álcázásra pedig gyakran szakállt vagy szemüveget viselnek. Az orrhangjuk mögé is gyakran rejtőznek el. Van olyan Ötös, akinek egész készlete van fura hangokból vagy akcentusokból, amelyeken beszélni tud, esetleg úgy is meg tud szólalni, mint egy computer.

Az Ötösök az Enneagram legmélyebben érzékeny emberei közé tartoznak. A gondjuk az, hogy nem igazán tudják megvédeni magukat a külvilággal szemben. Visszavonulnak fantáziadús belső életükbe, mintha csak egy szinte láthatatlan kísértetet hagynának magukból a szobában a többiek között. A bőrük gyakran könnyen leég a napon, vagy hajlamos a kiütésekre. Ez is a durva külvilággal szembeni védtelen érzékenység élő metaforája.

A SZENVEDÉLY

Az Ötös szenvedélye a fukarság. Hajlamosak a kemény spórolásra. J. Paul Getty jó példa erre. Amikor ő volt a világ leggazdagabb embere, az angliai kastélyában érmés telefont szereltetett fel, hogy ne „rabolják ki” az emberek, ne az ő számlájára telefonáljanak. Amikor az unokáját elrabolták, nem volt hajlandó kifizetni a váltságdíjat, még azután sem, hogy elküldték neki az unokája fülét.

Howard Hughes is az Ötösöknél időnként fellelhető fukarság példája. Ő is a világ egyik leggazdagabb embere volt, de úgy élt, mint egy remete.

A fukarság vagy kapzsiság leggyakrabban mint információéhség jelenik meg az Ötösökben. A Szent Eszméjük a mindentudás. Amikor ez beépül az egőszerkezetükbe, akkor azt hiszik, hogy az információ meg fogja védeni őket a Semmi fekete lyuk-szerű ürességétől. Az Ötösök nagy gyűjtők tudnak lenni. A Kilencessel szemben, aki limlomot gyűjt azzal, hogy „egyszer még jó lehet valamire”, az Ötös ritka és értékes holmikat gyűjt, és gondosan rendszerezi őket.

Ismerek egy Ötöst, aki kispénzű zenész volt New Yorkban. Véletlenül elkezdtek érdekelni a borok. Hónapokon belül tekintélyes borszakértő lett előle. Ismerte a legjobb évjáratokat és borfajtákat. Azt is megtudta, hol lehet a legelőnyösebb üzleteket kötni. Néha felhívott New Yorkból, hogy tudassa velem, hol lehet a legolcsóbban kapni a kitűnő 1962-es St. Estephe borból. Szerényen élt műterem-lakásában, s közben nem több, mint öt év alatt ötven ládából álló borgyűjteményre tett szert. Egy másik Ötös ismerősöm lemezgyűjtő, aki ábécé-sorrendbe rendezve tartja a gyűjteményét. Kazetták vagy CD-k sohasem érdekelték. A zene sokkal kevésbé érdekli, mint maguk a gyűjthető lemezek.

Még fontosabb kifejeződése az Ötösök fukarságának az, hogy visszatartják önmagukat a világtól. Halálosan félnek attól, hogy elveszítik magukat a világban. Egyszer azt mondta egy Ötös nő, hogy ha valaha is kinyílna a világ felé, akkor valaki belenyúlna, és kitépné a szívét.

GYERMEKKOR

Minden Ötösnek volt egy tolazkodó viselkedésű szülője. Gyakran a túlságosan gondoskodó anya volt az. Gyakran mesélik Ötösök, hogy olyan anyjuk volt, aki rendszeresen átkutatta a fiókjaikat, hogy lássa, hogy is mennek az ő kicsikéjének a dolgai. A kis Ötös pedig úgy érezte, hogy fojtogatja ez az anyai szeretet.

Mivel nem volt semmi helye, ahova elrejtőzhetett volna, az Ötös az elméjébe vonult vissza. Egy Ötös nő azt mesélte, hogy gyerekkorában minden szabadidejét egyedül töltötte egy fa tetején. Sok Ötös azért vonul vissza a köny-veibe és a tudományos kutatásaiba is, hogy azokban teremtsen szabad teret magának.

AZ ESZMÉNY

Az Ötös eszményképe az, hogy tudom. Ez táplálja az Ötös tudáséhségét. Nem elégszik meg olyan tudással, amit mindenki tud. Valami különlegesnek kell lennie benne. Ezért mennek el Ötösök titkokat kinyomozó riportereknek, akik a háttérben lappangó rejtett sztorikat fedezik fel.

Egy Ötös, akivel elbeszélgettem, évtizedek után még mindig emlékszik a középiskolai csapatának pontszámaira. Azt mondta, hogy a statisztikák fontosabbak voltak neki, mint hogy ki is nyert valójában.

Aldous Huxley nemcsak kívülről tudta minden művét, hanem azt is meg tudta mondani, hogy egy bekezdés melyik oldalra került a különböző kiadásaiban.

Ha spirituális úton jár, biztosan ismerni fogja a mesterek mesterét. Amikor egy workshopon megkérdeztem egy Ötöst, hogy ő milyen különleges tudással bír, közölte, hogy ő a reneszánsz lantok egyik legnagyobb szakértője a világon.

Ez az elefántcsonttoronyba zárt tudás érzése is az Ötös különállását segít megtartani. Lehetővé teszi, hogy biztonságos magaslatról nézhessen le a világ többi részére.

A BESZÉDSTÍLUS

Az Ötös beszédstílusát értekezésnek hívják. Ez újabb mód a távolságteremtésre. Az Ötösök imádják a személyi számítógépeket. Sokan közülük igazi computer-függők, akik hosszú éjszakai órákat töltenek egyedül, egy terminál előtt ülve. Ha többen közülük találkoznak, órákig tudnak beszélgetni technikai finomságokról, hogy a személyes közelség árnyékát is elkerüljék.

Jerry Perkins, az Enneagram-tanárom, egyszer javíttatni vitte a tévéjét. A bolt hátsó szobájából előjött egy szakállas, szemüveges, kopaszodó férfi. Jerry észrevette, hogy volt egy különleges kávéscsésze-tartója, és hozzá egy emelő, amin át lehetett hozni az egyik szobából a másikba. Jókorá menynységű időt és munkát fektethettek az egész hely kialakításába. A férfi mosolyogva ránézett Jerryre, és megjegyezte: - Persze, persze. Bizonyára egy Sylvania 232-est égettél ki. - és ahogy ezt mondta, abban benne volt némi kis lenézés azokkal szemben, akik nem tudják, hogy mi is egy Sylvania 232-es.

A CSAPDA

Az Ötös számára a megfigyelő szerepe a csapda. Ezzel elvonul a világgal szembeni felelősségek elől. Sok Ötöst ismerek, akik buddhista Vipassana meditációt végeznek. Buddha tanításait követve a nem-ragaszkodás ösvényéről, úgy érzik, hogy ők már nem kötődnek a világhoz. Amikor azonban megismerték az Enneagramot, sokan közülük beismerték, hogy a nem-ragaszkodáshoz kezdtek ragaszkodni. Az igazi ragaszkodásmentesség talán a taoista szemléletben található meg, ami azt tanítja, hogy legyünk nyitottak minden pillanatra, és fogadjuk el, amit hoz, a múltbeli előítéleteinktől függetlenül. A megfigyelő szerepe azonban sok Ötöst becsap, és megerősíti az ego-szerkezetüket a megvilágosodás nevében.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

Az Ötös védekezőrendszere az elszigetelődés. Ez nyilvánvalóan szorosan összefonódik a csapdával. Ha egy Ötös veszekedésbe keveredik valakivel, könnyen lehet, hogy kimegy a szobából, és bevágja az ajtót maga után. Sok Ötöst kimerít, ha túl sok kapcsolata van a világgal. Szükségét érzik, hogy visszavonuljanak a saját falaik mögé, hogy újra feltöltődjenek.

Ez megnyilvánulhat úgy, hogy napokat töltenek a könyvtárban, amely eleve Ötös intézmény, vagy hogy hónapokat utazgatnak olyan területeken, ahol senki sem ismeri őket, ők meg nem beszélik a helyi nyelvet, esetleg úgy is, hogy éveket töltenek remeteként. Egy Ötös a zárt platójú kis teherautóján jött egy esaleni csoportunkra, és igazán boldog volt, hogy abban fog élni egy hónapig.

Az Ötösöknél gyakori az öngyilkosság. Az elszigetelődés veszélye az, hogy annyira elveszíthetik az éltető kapcsolatukat a külvilággal, hogy az már nem tudja kellőképpen ellátni őket.

AMIT ELKERÜLNEK

Első látásra talán ellentmondani látszik a védekező mechanizmusnak, hogy az Ötös az ürességet próbálja elkerülni. Ez azonban, amit az Ötös el akar kerülni, a belső üresség. Az Ötös a Négyessel együtt az Enneagram alján van, és szó szerint úgy érzi, hogy a szakadék szélén él. Sartre feketelyuk-szerű üressége nagyon is valódi élmény az Ötösnek.

Mivel úgy érzi, hogy ott él, ahol a part szakad, az ürességet mohó tudásszomjjal próbálja betömni az Ötös. Talán azt hiszi sok Ötös, hogy ha egyszer eleget fog tudni, be tudja tölteni az ürességet, vagy hogy az összegyűjtött tudás és ritkaságok védőfalat emelhetnek a fekete lyukban süvítő viharral szemben.

A VÉGLETEK

Az Ötös végleteinek neve szociális-antiszociális. Az, hogy melyik végletben foglal helyet, meghatározza az Ötös kapcsolatát a világgal. A szociális Ötösök nagyon társasági embereknek tűnhetnek. Howard Cossel sportriporter ebbe a típusba tartozik. Abból él, hogy a belső információkat deríti fel, a hírek mögötti rejtett híreket. Összebarátkozott Muhammad Alival, és eladta friss hírként, amit az személyesen mondott neki egy-egy meccse előtt.

Az antiszociális Ötös megtestesítője Howard Hughes, a többszörös milliomos feltaláló. A hidrolántól a melltartókig mindenfélét feltalált. Korának egyik leggazdagabb emberévé lett, de ez semmit sem változtatott fóbiáin és remeteéletén. Annyira félt a baktériumoktól, hogy akik beléphettek a szobájába, mindenhez csak kendőn át nyúlhattak hozzá, hogy ne terjesszenek fertőzéseket.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: AZ OTTHON

Amikor a fukarság a létfenntartó ösztönhöz kapcsolódik, annak a neve az otthon. „Az én házam az én váram” biztosan Ötös mondás. Minden létfenntartó Ötösnek szüksége van a saját térre. Az említett férfi, aki a teherautója hátuljában lakott, ehhez az altípushoz tartozott. Egy másik hasonló típusú ismerősünk egy lakókocsiban lakik. Elköltözött a feleségétől és két gyerekétől. A gyerekei időnként meglátogatják a lakókocsiban. Imádja őket, és szereti néha látni őket, de mégis érez egy kis megkönnyebbülést, amikor végre elmennek, és nem zavarják az ő területét.

SZOCIÁLIS: A TOTEM

Amikor a fukarság vagy kapzsiság a társas ösztönhöz kapcsolódik, ezt totemnek nevezzük. A totem azt jelenti, hogy egy tárgynak az egyszerű gyakorlati funkcióján kívül valami rituális jelentősége, hatalma van. A könyv- vagy lemezgyűjtők számára például totem-szerű ereje van a gyűjteményük darabjainak. A szociális Ötös számára az információnak ugyanilyen hatalma van, különösen akkor, ha megtudják a színpalak mögötti híreket. Ezért ez a hírnymozó riporterek jellemző típusa. Az Ötösöknek mindig vannak titkaik. Ha egy Ötös elmondja neked egy titkát, ez biztos jele a közeli kapcsolatnak.

SZEXUÁLIS: ÖNBIZALOM

A szexuális Ötösöknek, talán mert tudják, hogy gyermekkorukban igazán szerették őket, egészséges önbizalmuk van a szexualitás terén. Tudják, hogy lehet őket szeretni. A szerepjátásban is van önbizalmuk. A legjobb színészek és színésznők között sok szexuális Ötös van. Meryl Streep, William Hurt, Jeremy Irons és Ben Kingsley mind szexuális Ötösök.

PÉLDÁK

A klasszikus Kína Ötös kultúra volt. A tudományban való jártasságot mindennél többre becsülték. Kínának volt először valódi, érdemeken alapuló alkalmazásra és előléptetésre épülő közigazgatási rendszere. Az ebbe a hivatalnokrendszerbe való belépés volt a legnagyobb dicsőség, amit bárki is elérhetett. A felvételhez szükséges vizsgák nemcsak versírási készségeket követeltek, de a festészetben és a kalligráfiában is jártasnak kellett hozzá lenni. Miután befejezte közigazgatási pályáját, a tudós-hivatalnok általában visszavonult vidéki otthonába, hogy verseket írjon, fessen és a művészi kalligráfiát gyakorolja élete hátralevő részében.

A kínaiak a világ legnagyobb gyűjtői. Legalább kétezer éve halmoznak fel családi műkincsgyűjteményeket. És mit gyűjtenek elsősorban? Kalligráfiát! Egy-egy nagy írásművész keze munkája a gyűjtemények legmegbecsültebb, ritka darabja. A legtöbb ember persze nem is tudja elolvasni, mi van rájuk írva, de írásművészeti értékük felbecsülése különösen egy szűk szellemi réteg számára lehetséges csupán.

A kínai festmények is az Ötös esztétikáját példázzák. A legfinomabb, legbecsesebb műfaja az ecsettel rizspapírra készült tusfestmény. A legjobb alkotások használják a legkevesebb, szinte minimalista ecsetvonást, mégis kifejezik azt, ahogy a művész látta a tájat. E műfaj száraz sivárságában is csak a kevesek találhatnak igazi értékeket.

Nemrég volt San Franciscóban az animációs filmek fesztiválja. Alighanem az összes alkotó Ötös volt. Fájdalmas volt nézni őket, amint a színpadon álltak, és igyekeztek láthatatlanná válni. Az emelvény legvégébe sorakoztak fel, és a riporter egyetlen válaszára sem sikerült válaszolniuk. Egyikük még tévesen is mutatkozott be, összetévesztette a saját nevét. Ezek az emberek éveket töltenek egyedül a rajzasztal fölött. Évekig dolgoznak olyan munkákon, amikről az elejétől fogva tudják, hogy moziforgalomba nem kerülő, ötperces művészfilm lesz belőlük. Az egyik díjnyertes alkotás egy mozgásba hozott tûpárnáról szólt. Három és fél évig ült otthon a művész, hogy a ki-be mozgó tûk felületeit és árnyékait fényképezze. Az eredmény egy tízperces műalkotás, amit soha senki nem fog látni a ritka animációs fesztiválokon kívül. Viszont jó kifogás arra, hogy a szobájában maradjon az alkotó.

J. D. Salinger, a Zabhegyező írója, nemrég belekerült egy újsághírbe. Beperelt ugyanis egy életrajzíró, aki róla szeretett volna írni, és ezzel érzése szerint zavarta az ő magánszféráját. Megpróbálta megakadályozni, hogy megjelenhessen ez a könyv. Salinger egyébként nagyon kevés könyvet adott ki ahhoz képest, hogy mennyire híres író. Amikor erről kérdezték, elismerte, hogy még most is ír, de csak saját magának.

Karl Marx egy olyan korban írta forradalmi röpiratait és könyveit, amikor Európá-szerte mindenfelé forradalmak voltak. Ő azonban egyikhez sem csatlakozott, még a

Párizsi Kommünhöz sem, ahogy egy Nyolcas tette volna a helyében, hanem Angliában maradt, és a londoni könyvtárban írogatott naphosszat.

W. C. Fields, a zseniális komikus, sokkal inkább kijött a nyilvánosság elé, de ő is a maga Ötös stílusában tette ezt. Pantomimes zsonglórként kezdte szórakoztatóipari pályáját. Amikor filmezni kezdett, az volt a kedvenc szerepe, hogy idegen egy ismeretlen országban. Ebből az Ötös alaphelyzetből csinált komédiát. Fields szenvedélyesen független volt, és komédiáiban kifejezte a zajos kisgyerekekkel és erőszakos, parancsolgató feleségekkel szembeni ellenérzéseit.

A MAGASABB OKTÁV

A megvilágosodott szinten ez a Misztikus Filozófus pontja. Buddha is Ötös volt. Azt tanította, hogy az egész élet szenvedés az egyes dolgok iránti vágyak és más dolgoktól való irtózásunk miatt. Ezért ő a nem-kötődés útját tanítja.

Az Ötösök általában könnyen feladják a vágyaikat, de ekkor az irtózás, az ellenállás csapdájába esnek. Az Ötösök más emberektől és kapcsolatoktól való irtózása a kötődés egy fajtájává válik, és ez is szenvedéshez vezet.

Buddha belemerült a félelmetes „fekete lyukba”, a semmibe, és felfedezte minden forma lényegi ürességét. Ez a dolga minden Ötösnek. A fekete lyukba való belemerüléshez és az onnan mindentudással való visszatéréshez a Hatoséhoz hasonló bátorságra és a nem-ragaszkodás ösvényére van szükség.

Ha ez megtörtént, az üresség tanításának szellemében az Ötös erőfeszítés nélkül tud adni, és be tudja fogadni a világot, ami világmegváltó képességekkel ruházta fel.

De ha nem is éri el ezt az abszolút szintet, a nem-kötődés ösvénye mindenképpen sok ajándékot ad követőinek. Ha az Ötös kinyílik a világ felé és közel kerül másokhoz, akkor a gondolkodás és az érzelmek harmóniáját érheti el és taníthatja másoknak is.

AZ ÖTÖS PONT KÉRDÉSEI

1. Szeretsz érdekes információkat gyűjteni?
2. Szakértő vagy valamiben, amiről a legtöbb ember még nem is hallott?
3. Mély igényed van a saját térre?
4. Szeretsz megfigyelő helyzetet elfoglalni társas összejöveteleken?
5. Igazán jól kell ismerned valakit ahhoz, hogy beengedd életed intim szféráiba?
6. Fojtogatónak vagy zavarónak érzed néha mások közeledését?
7. Van saját szobád, dolgozószobád, vagy más személyes tered?
8. Szeretsz (szeretnél) inkognitóban utazni?
9. Tetszik az az ötlet, hogy idegen kultúrájú országokban utazgass kevés pénzzel és térképek nélkül?
10. Úgy találsz, hogy a legtöbb ember unalmas vagy tolakodó?
11. Nehezedre esik segítséget kérni másoktól?
12. Sokat vagy egyedül?
13. Szeretsz egyszerűen és takarékosan élni?

14. Szeretsz ritka, különös jelentőséggel vagy hatalommal bíró tárgyakat gyűjteni?

A MÁGIKUS GYERMEK

A HETES PONT - A TERVEZGETŐ TÍPUS

A KÜLSŐ FÉLELEM-PONT

MAGASABB OKTÁVJA: A MÁGIKUS GYERMEK

SZENT ESZMÉJE: A SZENT MUNKA

SZENT ÖSVÉNYE: A JÓZANSÁG

ALSÓBB OKTÁVJA: A TERVEZGETŐ

SZEMÉLYISÉG

SZENVEDÉLYE: A TORKOSSÁG

ESZMÉNYE: OKÉ VAGYOK

BESZÉDSTÍLUSA: SZTORIK

AMIT ELKERÜL: A FÁJDALOM

VÉDEKEZŐ

MECHANIZMUSA: RACIONALIZÁLÁS

CSAPDÁJA: AZ IDEALIZMUS

VÉGLETEI: ALSÓBBRENDŰ -

FELSŐBBRENDŰ

PÉLDÁK A 7-ESRE:

Jézus,
Sir Lancelot,
Richard Bach,
Antoine de Saint Exupery,
Ram Dass,
Robin Williams,
Peter Pan,
Whoopy Goldberg,
Rousseau,
David Niven,
Timothy Leary,
Dennis Hopper

A Hetes a külső félelem-pont. Ez az Enneagram legsármosabb, legelbűvölőbb stílusú pontja, a szélhámosok és kozmikus utazók típusa. A Hetes a mágikus gondolkodás otthona. A Hetesek hisznek abban, hogy ha mindenki elég jó gondolatokat gondol, akkor végül minden sikerül. „Ne legyél már ilyen lehangoló!” - ez kétségtől Hetes mondás.

Peter Pan a Hetes tökéletes példája. Megtanította repülni a többi gyereket, oly módon, hogy jó gondolatokat gondoltak. Gondolj cukorkára, és már majdnem meg is kaptad. Egész évben Karácsony!

A Hetes azért lép be mások életébe, hogy felvidítsa őket. Nagyszerű sztorikat mesél, miközben meghívhatja magát egy vacsorára. Szeretkezik valakivel, hogy ezzel segítse a megvilágosodás útján, aztán továbbáll.

Ez az új eszmék és gondolkodásmódok pontja, például a New Age-é is. A kommunák közösségében élni, mezítláb járni az utcán, virágokkal a hajadban - ez a hatvanas évek Hetes stílusa.

A Hetesek már akkor bio-zöldségeket és más egészséges ételeket ettek, amikor még senki más. Cary Grant már az ötvenes években LSD-t használt és sárgarépalevet ivott, tíz évvel megelőzve a divatot.

A Hetesek szeretik meglovagolni az új eszméket. Ez a szintézisek és az asszociatív gondolkodás pontja. Imádnak sosem látott kombinációkban összekapcsolni különböző gondolatokat. A tegnapi gondolatokat azonban már nem szeretik újragondolni, mert az untatja és lehangolja őket, így aztán nem maradnak elég ideig egy gondolatnál ahhoz, hogy mélységet adjanak neki.

Ők azok, akik mindig a jövőre gondolnak. A jövő gondolata teszi elviselhetővé számukra a jelent. A Hetesek könnyen úgy tudják látni, hogy mindannyian egy Aranykor felé haladunk. Úgy érzik, hogy a dolgok egyre jobbra fordulnak.

A SZENVEDÉLY

A Hetes gépezetét a falánkság szenvedélye hajtja. Ez nem feltétlenül jelentkezik az étkezés területén, inkább az új élményekre való éhség formájában. Ha egy Hetes egész éjjel bulizott, és éppen ezt alussza ki, közben azért egy kicsit ideges amiatt, hogy hátha lemarad valamiről.

Ha étteremben eszik, a legtöbb Hetes a svédasztalt vagy a salátabárt szereti. Komoly megpróbáltatás lehet neki egy étlapról választani. Ha pedig már választott, gyakran lehangolja az, hogy észreveszi, mit hagyott ki.

Ez a Hetes állandó tervezgetésének gyökere is. Ha valami mellett dönt, úgy érzi, meghal az összes többi lehetőség számára. Ez az érzés elviselhetetlen számára. Így aztán a Hetes mindig nyitva hagyja a lehetőségeit. Ha lehetősége van bármelyik pillanatban megváltoztatni a terveit és cselekedetei irányát, ez azt az érzést kelti a Hetesben, hogy nyitva állhat az isteni vezetésre.

A Hetes úgy érzi, hogy része egy isteni tervnek. Hogy ne zavarja meg ezt a tervet, a Hetes kénytelen nyitva tartani minden lehetőséget.

A Hetesek azt szokták mondani, hogy egyszer mindent ki lehet próbálni, de semmit sem érdemes fél évnél tovább csinálni. A falánkság szenvedélye hajtja tovább a Hetest kapcsolatról kapcsolatra, munkahelyről munkahelyre. Az utazás a Hetes életének fontos része, mert mindig új élményeket hoz. Minden Hetes sokat utazott, akit csak ismerek, általában autóstoppal, de mindenképpen olcsón. A Hetesek voltak az elsők, akik beutazták Goa, Nepál és India tájait, még mielőtt divatba jött volna.

Egy Hetes hölgyismerősünk azt tervezte, hogy San Franciscóból Bostonba költözik. Előbb azonban Hawaii-ba kellett mennie egy workshopra. Onnan átrepült Bali szigetére. Miután visszatért San Franciscóba, rövid látogatást tett New Yorkban is. Így hát több, mint egy évig tartott neki az, hogy Bostonba költözzön. Persze, mihelyt befejezte, már úton volt Európa felé.

Nem feltétlenül gazdag minden Hetes, bár legjobban azt szeretik, ha takarékosan, de gondtalanul élhetnek, mondjuk egy kis alapítványból. Egy Chicagóban élő Hetes ismerősünk kevés pénzből megél, de azért mindig hoznak neki annyi pénzt a Tai-chi tanfolyamai, hogy félévente egyszer el tud utazni Európába.

GYERMEKKOR

Úgy tűnik, hogy a Heteseknek egymástól nagyon eltérő gyermekkoruk lehet. Úgy képzeltem, hogy jó módú családból származnak, és sok esetben ez így is van. Van azonban olyan Hetes ismerősöm is, aki hét gyerek közül az ötödik volt egy külvárosi családban. Két testvérével egy ágyban kellett aludnia. Apja bútorszállító volt, és a gyerekeinek segíteni kellett neki a hétvégeken bútorokat cipelni. De a fiú ebben a helyzetben is Hetes lett. Viccelődött, hogy könnyebben menjenek a dolgok. Ő vidította fel az egész családot.

Egy női Hetes is elmesélte, milyen szegény családban nőtt fel. Néha megkergették a környékbeli nehéz fiúk, és volt idő, amikor nem jutott nekik elég étel. Mindezt úgy mesélte el, mint egy mulatságos történetet. Szórakoztatta vele a közönségét. Azt mondta, hogy jó idők voltak azok.

Sok Hetes mesél arról, hogy bajai voltak az apjával, és közelebb állt az édesanyjához. Életük során általában a macho-stílus ellenkezőjét alakítják ki a férfi Hetesek is, és elfogadják a női oldalukat. Sok Hetes egész élete egyetlen jelzés Anyucinak, hogy minden rendben.

AZ ESZMÉNY

A Hetes eszményképe: oké vagyok. Őket tartják a legnárcisztikusabban önmagukba zárt pontnak az Enneagramban. Ritkán látni terápián egy Hetest. Ahhoz legalábbis valamilyen válsághelyzet kellene, hogy egy Hetes terápiára menjen. De akkor sem maradna soká.

Egyszer eljött hozzám egy Hetes, mert hallotta, hogy NLP-vel foglalkozom. Az apja nagyon erőltette, hogy nőjön már fel. Még ezt a terápiát is az apja fizette. Amikor azt kérdeztem, valójában mit akar elérni, azt felelte: - Az olcsó trükkjeim nem működnek többé. Úgyis tudom, hogy az egész birodalom szétesik, csak addig akarom kihúzni valahogy. Az NLP segítségével talán majd hatékonyabban fogok tudni hazudni.

A Heteseket talán a legnehezebb elérni, mert olyan egószerkezetet alakítottak ki maguknak, amiről maguk is azt hiszik, hogy egy egészen megvilágosodott állapot. Ezt jelenti az „oké vagyok”.

BESZÉDSTÍLUS

A Hetesek beszédstílusának lényegi elemei a sztorik. Ők az Enneagram nagy szélhámosai. Általában elbűvölőek tudnak lenni, és bármilyen eseményből nagyszerű sztorit tudnak faragni.

Az egyik Broadway-darab is egy Hetes története. Az illető utazó kereskedő, aki hangszereket árul. Ennek érdekében varázslatos történetet sző egy leendő városi zenekarról, s ezzel mindenkit megbabonáz. A gyerekek a filléreiket kuporgatják össze, hogy megvásárolják azt az álmot, amit a kereskedő árult.

David Niven is a Hetes iskolapéldája. Filmpályafutását annak köszönhette, hogy kialakította a legmegfelelőbb beszédstílust, és vonzó figura volt, akinek jó volt a közelében lenni. Soha senki nem dicsérte a színészi képességeit. Egyszerűen csak szerettek vele dolgozni.

A CSAPDA

A Hetes csapdájának neve idealizmus. A Hetes idealizmusa a „megvilágosodott” ego önigazolásának része. Igazán idealista módon tudnak gondolkodni. A „Szabadság, Egyenlőség, Testvériség” igazi Hetes mottó.

A Hetesek imádnak összehozni egymással magas és alacsony társadalmi helyzetű embereket. Egy Hetes hölgyismerősünk aerobic-oktató egy nagy banknál. Már régen otthagyta volna a munkáját, de mégsem tette, mert túlságosan élvezte, hogy együtt tornáztathatja a portást és az igazgatót.

A Békehadtest létrehozása is Hetes ötlet. Shriver őrmester, aki vezette, szintén Hetes. A jószándék nagyköveteinek lenni és segíteni a Harmadik Világot - ezek a Hetes idealizmus megnyilvánulásai.

VÉDEKEZŐ MECHANIZMUS

A Hetes védekező mechanizmusa a racionalizálás. Mivel számukra minden egy isteni terv része, bármi megmagyarázható racionálisan. „Haladj az áramlattal!” - ez nagyon is Hetes koncepció. Ennek nevében azonban a Hetes állandóan manipulálni próbálja a dolgok természetes folyását a tervezgetéssel. Ezért annyira nehéz áttörni a Hetes rejtett zárkózottságának burkát. Úgy gondolják, hogy minden jól alakul, hát minek izgatnák magukat, elég, ha lazítanak, és élvezik az előadást.

AMIT ELKERÜLNEK

A Hetes a fájdalmat akarja mindenáron elkerülni. Emiatt megmarad az élet felszínén, és azon siklik tova. A fájdalom elkerülése érdekében a Hetes könnyedén és elkötelezettségek nélkül intézi a kapcsolatait.

Ugyancsak a fájdalom elkerülése érdekében a mélyebb rétegek helyett a fejükben maradnak, és beérik a mágikus gondolkodással. Annyira félnek a fájdalomtól, hogy ez a félelem rosszabb, mint maga a fájdalom, de ezt sosem tudják meg, mert általában nagyon sikeresen kivédik a fájdalmat.

Az állandó mozgás is a fájdalom elkerülésére való, ezért vannak a Hetesek állandóan útban egy újabb élmény felé. Ahelyett, hogy szembenéznének a fájdalommal, inkább lenyűgöző beszélgetőpartnerekké, vagy néha ragyogó gondolkodókká válnak. A mellékvágányokkal teli gondolkodásmódjuk, a dolgok új kombinációs lehetőségeinek kitalálása, mind arra való, hogy élvezzék az intellektuális játékot, és elkerüljék az érzelmek mélységeiben fenyegető fájdalmat.

A VÉGLETEK

A Hetes végleteinek neve felsőbbrendűség-alsóbbrendűség. Amikor egy új társasággal találkozik egy Hetes, először csendben ül, és közben felméri a társaság státusz- és hatalmi viszonyait. Mihelyt rájött, hogy milyen helyet tud elfoglalni a hierarchiában, akcióba lendülhet.

Vannak Hetesek, akik az ellentétpár alsó végén helyezkednek el, és minden kapcsolatukban alárendelt szerepet vesznek fel. Sosem találkoztam azonban olyan szexuális Hetessel, aki ezt a szerepet játszotta volna. Szociális és létfenntartó Hetesek között mindkét végre találtam példákat. Az alsóbbrendű szerepet játszó Hetesek gyakran információgyűjtésre indulnak, hogy azok segítsék őket döntéseikben. Akadnak közöttük workshop-fanatikusok, akik egy erős vezetőt keresnek maguknak.

A felsőbbrendű végletbe tévedt Hetesek a lenyűgöző stílusú szélhámosok. Az alsóbbrendű stílusúak általában visszahúzódnak a nyilvánosság előtt, és csak közelebbi kapcsolataikban engedik szabadjára a mágikus gondolkodásukat.

ALTÍPUSOK

LÉTFENNTARTÓ: A KITERJESZTETT CSALÁD

Amikor a falánkság szenvedélye a létfenntartó ösztönbe zúdítja az energiáját, ezt a kiterjesztett családnak nevezzük. Minden önfertartó Hetes valamiféle kiterjesztett család részének tekinti magát. A kommunák ennek a stílusnak a megtestesítői. Ez nem azt jelenti, hogy minden létfenntartó Hetes kommunákban él, de mindannyian úgy érzik, hogy a nagy család, amelyhez tartoznak, közelebb áll hozzájuk, mint a vér szerinti családjuk. Érdekes megfigyelni, hogy a létfenntartó Ötösnek az otthonához való kötődése hogyan fordul kifelé a létfenntartó Hetes kiterjesztett családja esetében.

SZOCIÁLIS: A MÁRTÍR

A szociális Hetes neve mártír. Ezek az emberek tökéletes férjeknek vagy feleségeknek tűnhetnek. Sokszor egész életüket egy helyen és egy munkahelyen élik le. Ez azért van így, mert készek mártírként feláldozni magukat és az új dolgok iránti lelkesedésüket a családjuk érdekében. Észrevehetjük a hasonlóságokat a kötelességtudó szociális Hatossal, amelynek ez egy variációja. A családja iránti kötelességérzet mártírt csinál a Hetesből.

Egy szociális Hetes ismerősünk ápoló egy pszichiátriai osztályon, San Franciscóban. Évekig álmodozott arról, hogy a családjával együtt hátizsákos túrázóként bejárja Európát. Ezt racionális módon úgy magyarázta meg magának, hogy szeretné, ha a gyerekei is olyan gazdag tapasztalatokat szerezhethének, mind annak idején ő. Bár évekig álmodozott erről, közben megmarad a praktikus mindennapi ügyeknél, és gondoskodik róla, hogy a gyerekei jó oktatást kapjanak. Feláldozta magát a családjáért.

SZEXUÁLIS: BEFOLYÁSOLHATÓSÁG

A szexuális Hetes befolyásolhatósága a nyughatatlan „majom-elme” állapotát hozza létre benne. Rövid ideig képesek csak egy dologra figyelni, mert állandóan az új és egzotikus dolgok izgatják őket, így igazán elvarázsolt figurák tudnak lenni. Egészen ritka esetben találunk csak egy szexuális Hetest, aki hosszútávú kapcsolatban él. A leghosszabb kapcsolat, amiről valaha is hallottam ettől a típustól, két évig tartott. Ők a kozmikus utazók, akik nekivágnak, hogy élvezzék és felfedezzék a világ különféle kultúráinak változatosságát.

Vádolták már ezt a típust azzal is, hogy egy csirke hosszútávú koncentrálóképességével és egy kígyó hűsége kitarásával rendelkeznek, de valójában tudnak ők hű barátok is lenni. szívesen megjelennek időnként az életedben, és felvidítanak, sőt segíthetnek megoldani a problémáidat is. Lehet, hogy amikor szükség lenne rájuk, éppen a Himalájában barangolnak, vagy Thaiföldön napoznak, de ettől eltekintve hűséges, hosszútávú barátok tudnak lenni.

PÉLDÁK

Van egy nagyon kedves volt történészprofesszor barátunk. Huszonéves korában már otthagya az egyetemét, és spirituális hippy körökben forgolódott, több spirituális

kommunában is élt. Ötvenéves kora felé úgy gondolta, hogy talán már szeretne letelepedni. Úgy döntött, hogy ékszerboltot nyit Connecticutban vagy San Franciscóban. Minden évben nálunk töltött néhány napot útban Amerika keleti partjáról India és Nepál felé. Amikor a következő évben megérke-

zett hozzánk, sikerült háromra leszűkíteni a bolt lehetséges helyeinek számát, mégpedig Sante Barbarában vagy San Franciscóban. Újabb év elteltével felszabadult egy üzlethelyiség, pont azon a helyen, amit fontolgatott. Ekkor kellett rádöbbsennie, hogy nincs is kedve lekötöni magát egy üzlet vezetésével. Ez körülbelül négy-öt évvel ezelőtt volt. Azóta is kényelmesen folytatja az életmódját, mégél a befektetett pénzéből, és még mindig azt fontolgatja, mit fog csinálni, ha majd egyszer felnő.

Cary Grant egy Londoni nyomornegyedben nőtt fel. Megváltoztatta a nevét, megtanult más kiejtéssel beszélni, és természetes vonzereje a siker és hírnév csúcsaira segítette. Amikor egyszer megkérdezték tőle, hogy mi a siker titka, azt felelte: - Mindig legyen jó napbarnított színed!

Timothy Leary is tipikus Hetes. Pszichológiai professzor volt a Harvard Egyetemen, de otthagyta az állását, hogy az LSD spirituális lehetőségeit kutassa. Egy generáció guru-figurája lett, és mindenkit arra biztatott, hogy próbálja ki az LSD-t. Kedvenc mottója ez volt: „Kapcsolódj be, Hangolódj rá, Vonulj ki!” A Playboy-nak adott interjújában egyszer azt mondta, hogy az LSD hatása alatt a férfiaknak sorozatos orgazmusai lehetnek, életük legnagyobb szexuális élményét élhetik át, miközben tudatára ébredhetnek a genetikai kódjuknak is. Amikor évek múlva megkérdezték tőle, hogy szerinte igaz volt-e ez a kijelentés, azt felelte, hogy ő csak a hatás kedvéért mondta ezt. Miután marijuána birtoklása miatt letartóztatták, a Diákok a Demokratikus Társadalomért mozgalom egy frakciója szabadította ki Lerry-t a börtönből. Titokban találkozott a Fekete Párducok illegális szervezetének vezetőivel. Nem bírta azonban sokáig a forradalmi politika lehangoló energiáit. Bejárta Európát, aztán újra letartóztatták Afganisztánban, és visszahozták az Egyesült Államokba. Talán ő az egyetlen ember, aki valaha is egy dokumentumfilm főszereplőjét játszhatta, miközben a Folsom börtönben ült. Alighanem megbabonázta az őreit személyiségének varázsával. Több feleséggel és rengeteg szeretővel a háta mögött Leary mostanában éjszakai klubokban lép fel humoristaként. Tucátjával írt könyveket, melyek gyakran ragyogóak, de mindig szórakoztatóak, és tele vannak új ötletekkel. Az elsők között volt, akik csillagközi áttelepülésekről beszéltek, és meggyőzően érvelt amellett, hogy egy intergalaktikus értelem telepített ide bennünket. Állítólag egyszer vett egy galaktika-közi üzenetet a Szíriusz csillagról, amely felszólította, hogy terjessze ezt az információt. Azt hiszem, túl durva dolog lenne szélhámosnak nevezni. Egyszerűen csak van valami behízsgő a stílusában.

A MAGASABB OKTÁV

A Hetes magasabb oktávja a Mágikus Gyermekek. Szent Eszméje a Szent Munka, ösvénye pedig a józanság. Általuk lépnek be az ötletek és eszmék az Enneagramba. A Hetesek tartják életben a társadalom kigyógyulásának reményét.

Ahhoz, hogy változást érjenek el a világban a kozmikus látomásaik továbbadásával, a Heteseknek előbb szembe kell nézniük a fájdalommal. Ezért a józanság a mohó falánkság gyógyszere. Ahhoz, hogy elég sokáig megmaradjanak egy vállalkozás mellett, és végül megláthassák az eredményét is, szembe kell nézniük az unalommal és a fájdalommal.

Ram Dass talán a legjobb példája a magasan fejlett Hetesnek mindenki közül, akit ismerek. Ő is Tim Leary-vel indult a Harvardon, és tagja volt a korai LSD-köröknek. Később az Útja Indiába vitte, ahol találkozott a mesterével. Évekkel később még mindig a Hetes szokásos viselkedési sémáiba zárva városról városra utazott, és előadásokat tartott. Ma azt mondja azokról az időről, hogy általában elszívott az előadás előtt egy füves cigarettát, aztán elmondott pár jó sztorit, hogy mindenki jobb kedvel távozzon.

Közben gyakran visszajárt Indiába a mesteréhez, hogy kapjon egy jó adag Bhaktit (isteni szeretetet), és lassan kezdett elmélyülni a spirituális élete. Sokféle furcsa médiummal és szellemi úton járó emberrel találkozott össze állandó világ körüli útján.

Amikor azonban elmélyedt a Vipassana-meditációban, már nyilvánvalóvá vált, hogy a józansághoz és a szent munkához való elkötelezettsége mélyebb volt, mint a falánksága. Az, hogy kész volt átmenni a Vipassana száraz unalmán és fájdalmain, egyértelmű jele Ram Dass fejlődésének és mélységének. Az általa alapított és vezetett Seva Alapítvány pedig fontos és szent munkát végez a világ szegényeinek javára.

A HETES PONT KÉRDÉSEI

1. Hiszel abban, hogy a dolgok mindig a lehető legjobban alakulnak?
2. Szeretsz segíteni másoknak a problémáik megoldásában?
3. Szívesen felvidítasz másokat?
4. Vonzanak az új ötletek és az új uticélok?
5. Gyakran elkerülsz a fájdalmas vagy nehéz ügyeket?
6. Általában az élet pozitív oldalát látod ?

.....

Ha megtanulod ezt a rendszert, kapcsolatot találhatsz bármely pont és mindkét szomszédja között. (Különösen az egyik szomszédos jegy stílusából hordunk sokat magunkban.) Egy Nyolcasnak például vannak Kilences és Hetes tulajdonságai is: megvan benne a Hetes falánk életéhsége és a Kilences nemtörődősége.

Mi most csak azokat a legfontosabb összefüggéseket fogjuk megvizsgálni, amelyek az Enneagram-ábrán egymással vonallal összekötött pontok között állnak fenn. Minden fixáció átvesz bizonyos stratégiákat a vele vonallal összekötött pontoktól. Vannak, akik elméleteket gyártanak arról, hogy az egyik irányba jó mozogni, a másik pedig destrukcióhoz vezet. Valójában minden ponttól van valami tanulnivalónk. Bármelyik irányba éppúgy mozoghatunk tiszta tudattal, mint bamba álomban.

Az egyik irányba ellazult állapotban, a másikba pedig stresszállapotban szoktunk elmozdulni. Az ellazulás irányába való mozgást néha „a szív terének”, „szív-állapotnak” is szokták nevezni. Ez talán félrevezető lehet azért, mert az igazán nyitott szív olyan megvilágosodott állapot, amely túllép a karakterfixáción. Ha azonban nem felejtsük el, hogy itt a karakteren belüli állapotokról és mozgásokról beszélünk, hasznosak és kifejezőek lehetnek ezek a kifejezések.

Fontos újra megjegyezni, hogy valójában sohasem váltunk karaktertípust. Mindössze átveszünk valamit a másik, velünk vonallal összekötött pont stratégiájából.

A GYÖKÉRPONTOK MOZGÁSAI

A Hármas, a Hatos és a Kilences az Enneagram gyökérpontjai. Az ábra belső háromszögén helyezkednek el. Ezen a háromszögön másmilyenek a mozgások, mint a többi vonal mentén. A „szív”-irányba való mozgás itt az óramutató járásával megegyező irányban történik, a stressz-mozgás pedig az ellenkező irányban.

A SZÍV-IRÁNYBAN VALÓ MOZGÁSOK

Ha egy Hármas szerelmes lesz, Hatos módjára kezd viselkedni. Kissé paranoiddá válik. Kicsit visszahúzódik, leltározni kezd, és listákat készít kedvesének tulajdonságairól. Megpróbál belátni a színfalak mögé, és kideríteni, hogy valójában mi is történik. A szerelem érzése mentális folyamattá válik.

A Hatos a szív terében a Kilencesbe megy át. Lazít, és paranoiája feloldódik a lustaságban. Néhány Hatos arról mesélt, hogy ilyenkor elbambul a tévé előtt, vagy egyszerűen ledől egy tengerparton, és egy hétig meg sem mozdul, amikor végre fel tudja adni a védekezését, és lazít.

A Kilences úgy viselkedik a szív terében, mint egy Hármas. Teljesítményeket kezd produkálni a szerelméért. Munkaigényes ajándékokat készít neki, vagy új felelőségeket vállal érte. Valamilyen módon alkotó energiákat fejt ki a kedvese érdekében.

A STRESSZ-IRÁNYBAN VALÓ MOZGÁSOK

Stresszben a Hármas a Kilences módjára viselkedik. Ahelyett, hogy hatékonyan produkálna, álmodozni kezd arról, hogy milyen lenne produktívnak lenni. Visszavonulnak a cselekvés színteréről a gondolataikba. Egy női Hármas ismerősünk spanyol-amerikai munkáskörnyezetben nőtt fel. Egész gyermekkori neveltetése azt tanította neki, hogy a nőknek nem illik sikeresnek lenni a világban. Amikor azonban a nyolcvanas évek Kaliforniájában élt egy válás után, nagyon szeretett volna sikert elérni a munkahelyén. A két hatás közötti belső konfliktus stresszt okozott neki, a ekkor fantáziálni kezdett munka helyett.

A Kilences úgy viselkedik stresszben, mint egy Hatos. Kétkedni kezd önmagában, és paranoiddá válik. Nem tudja többé, hogy mi az igaz, és hogy nem mások-e a dolgok, mint aminek tûnnek.

A Hatos úgy tesz stresszben, mint a Hármas, és teljesítményeket kezd produkálni. Sok Hatos úgy gondolja, hogy neki Hármasnak kellene lennie, és megpróbál eszerint teljesíteni. Sajnos, ez akkor is stresszes állapot marad, és így kimerültséghez, kiégéshez vezet. Az az előnye viszont megvan ennek a mozgásnak a Hatos számára, hogy kiemeli őket a fejükből, ahova bezárkóztak, és cselekvésre készíti őket.

Stressz-mozgások Szív-mozgások

A TÖBBI PONT MOZGÁSAI

A belső háromszögön kívüli pontok mozgásainak sorrendjét úgy találhatjuk meg, hogy elosztunk 1-et 7-tel. Az eredmény a tizedesvessző után végtelenül ismétlődő számsor lesz, melynek egy szakasza: 0.1428571. Nos, ahogy ezek a számok követik egymást, az lesz ezeknél a pontoknál a stressz-mozgások sorrendje. Az ellenkező sorrend a szív-mozgások irányát mutatja.

A fenti sorrendben tekintjük át, mi történik az egyes pontokkal stressz, illetve ellazult (szív-) állapotban.

AZ EGYES PONT MOZGÁSAI

Stresszben az Egyes átveszi a Négyes bizonyos stratégiáit. Melankolikussá és hangulatok rabjává válhat. Elkezd visszavágyani a régi szép időkbe, melyeket az emlékezés meleg ködében tökéletesnek lát. Még irigykedni is kezdhet azokra az emberekre a környezetében, akiknek úgy látja, hogy jobban sikerül az élete, mint neki.

A szív-állapotban a Hetes stratégiáiból vesz át az Egyes. Elkezdhet utazásokat tervezgetni, vagy térképeket nézegetni. Az Egyesek szeretik a munkát megkönnyítő ötletes játékszereket, ami talán az Egyes praktikusságának találkozása a Hetes játékoságával. A svájci zsebkések és az elektromos konzervnyitók jó eséllyel Egyes találmányok. A szív terében az Egyesek elkezdhetnek utazni, sőt akár egy nyaralást is képesek lehetnek élvezni, bár azért valószínű, hogy előre gondosan megtervezi a vakáció részleteit, és telerakja programokkal, kirándulásokkal.

A NÉGYES PONT MOZGÁSAI

A Négyes úgy viselkedik stresszben, mint egy Kettes, azaz elkezd gondoskodni másokról. Néha egy Négyes stresszállapotban kezd egy kapcsolatba, és eleinte Kettes módra viselkedik benne: alkalmazkodik a partneréhez, és gondját viseli. Kilép a saját szenvedéséből, vidám arcot vág, és segítőkész társ lesz. Tanácsot is adhat neki, és főz neki valami finomat, különösen, ha a partner az erős figura a Négyes világában.

A szív terében a Négyes elkezd az Egyes módjára viselkedni. Ha ellazultnak és nyitottnak érzi magát, és feladta a védekezését, a Négyes hajlamos a tökéletesség utáni dühös vágyra. Elkezdi észrevenni a partnere összes hibáját és apró tökéletlenségét.

Ebbe belejátszik a Négyes állandó melodráma az elhagyatottságról és az önbecsülés hiányáról. Amikor először belépsz egy Négyes életébe, te vagy a tökéletes herceg, fehér lovon. Ha még stresszben is van éppen, úgy bánik veled, mint egy királlyal. Ha viszont egyszer megismer, és ellazult állapotba kerül, könnyen házsártossá és hiperkritikussá válhat. Ezzel aztán megint lerombolhat egy szerelmet, és a melankolikusan negatív jövőképe önbeteljesítő jóslattá válhat.

A KETTES PONT MOZGÁSAI

A Kettes úgy viselkedik stresszben, mint egy Nyolcas. Tombolni kezd, és vad kitörésében mindent a földhöz vág. Egy ügyvezető titkárnő ismerősünk, aki létfenntartó Kettes, egy könyvelőnél dolgozik. Egyszer egy nagy összeget akart beadni a bankba. A bank már zárva volt, mire odaért. Dörömbölni kezdett az ajtón, és követelte, hogy engedjék be.

- ÉN vagyok az! - jelentette ki. Elvárta, hogy elismerjék a státuszát, amelyre oly büszke volt. Amikor nem nyitották ki újra a bankot az ő kedvéért, örvöngeni kezdett. Másnap a hivatala minden ügyfelét felhívta, akinek betétje volt abban a bankban, és rávette őket, hogy mind vegyék ki a pénzüket. Nem több, mint egy év alatt a banknak be kellett záratnia azt a fiókját.

A Kettes szívében egy romantikus Négyes él. Sok Kettes feladja ugyan a romantikus ügyeiket, hogy tökéletes anyák vagy partnerek lehessenek, de azért a szerelmi kalandok lehetősége mindig ott van, nem sokkal a felszín alatt. A Kettesek imádják a friss szerelem izgalmát.

A NYOLCAS PONT MOZGÁSAI

Stresszben a Nyolcas visszavonul az Ötös stílusába. Vannak Nyolcasok, akik egész évekről beszélnek, mint például a középiskolás éveikről, amikor szinte végig stresszállapotban voltak. Ezalatt visszavonultak a szobájukba, társaságkerülők lettek, és rengeteget olvastak. Az Ötös pontba való mozgás a Nyolcas nagy lehetősége arra, hogy mélyen önmagába merüljön. Ugyanakkor ez menekülés is lehet a fájdalmas igazság elől.

Egy Nyolcas ismerősünk, ha a felesége túlságosan erőlteti, hogy változtasson a szokásain, az újság mögé rejtőzik, hogy elkerülje a fájdalmas érzéseit. Egy női Nyolcas ismerősünk az egyetemi évei alatt volt sokat stressz alatt. Az ideje nagy részét a könyvtárban töltötte antropológiai kutatással. Ehhez a munkához az is hozzátartozott, hogy rengeteget hallgatott a világ különböző sámáni kultúráinak zenéiből. Ma már nemzetközi workshopvezető, aki a stresszben töltött időkben tanultakat a maga Nyolcas, harcos stílusában alkalmazza. Íme, egy példa a stressz-pontban szerzett tapasztalatok felhasználására a személyiség erősítésében.

A Nyolcas szívében egy anya rejlik. A törvényenkívüli lázadó szívében egy szerető, gondoskodó anya él. Ha azonban a Nyolcas elkezd gondoskodni valakiről, azt is Nyolcas módra teszi: túlzásba viszi. Ha meghív vacsorára, túl sok fogást talál fel túl sokféle borral. Mindent a Nyolcas alapelve hat át: Minél több, annál jobb!

AZ ÖTÖS PONT MOZGÁSAI

Amikor az Ötös stresszben van, a Hetes felé mozdul el. Elkezd a jövőjét tervezgetni, és lehet, hogy elkezd utazni is. Egy Ötös ismerősünk nehéz sorsú zenész volt New Yorkban. Bár kitűnő zongorista, aki otthon van a zenei stílusok egész sorában, sosem tudta eljátszani azt a szociális szerepet, ami szükséges lett volna a sikerhez. Évekig élt a létminimumon, aztán egyszer elkezdte tervezgetni, hogy elmegy jogot tanulni. Titokban tanult, és sikeresen letette a felvételi vizsgákat. Felvették az egyik legjobb nevű jogi egyetemre. Csak ekkor közölte a családjával, hogy Kaliforniába megy jogot tanulni. A stressz éveit csendes, titkos tervezgetéssel töltötte.

Az Ötös szívében egy törvényenkívüli lázadó rejlik. Talán ez az egész Enneagram legkevésbé konformista típusa. A szív terének ellazult állapotában váratlanul hencegni vagy nagyozolni kezdenek, esetleg ordítognak, és ajtókat csapkodnak. Odáig azonban szinte sosem mennek el, hogy egy Nyolcas módjára agresszív módon viselkedjenek. A nézeteik azért eléggé agresszívek lehetnek, és a Nyolcasokhoz hasonlóan a gyengék és elnyomottak mellé állnak. Ha egyszer elhatároztak valamit, rendíthetetlenül eltökéltek tudnak lenni.

Egy ismerősünk esküdszékek összeállításában használja fel az Enneagramot. Ha a védelemnek dolgozik, különösen, ha védencük a hatalmi helyzet ellen lázadó hátrányos helyzetű figurának tűnik, az ismerősünk igyekszik teletömni az esküdszéket Ötösökkel. Lehet, hogy az Ötösökből nem lesz esküdszék-vezető, de óriási nyomással szemben is készek kitartani a nézőpontjuk mellett.

A HETES PONT MOZGÁSAI

A Hetes stressz hatására dühös és ítélkező kezd lenni, mint egy Egyes. Keményfejűnek és zsémbesnek kezdek lenni, amint a Hetes elbűvölő maszkja elkezd lemállani róluk. Egy Hetes ismerősünk egy nagy spirituális közösség konyháját vezeti. Általában kedves, vidám és játékos. Amikor néha elkezd szörszálhasogató, dühös és ítélkező lenni, vagyis amikor stresszben átmegy Egyesbe, a segítői mindjárt tudják, hogy most jobb, ha gyorsan kimennek egy kicsit röplabdázni.

A Hetes szívében egy Ötös rejlik. Ötös módra szeretnek olcsón élni, és megfogni a pénzt. Az, ahogy a Hetes ügyesen eltáncol a felelősség, elköteleződés és intim közelség elől, valójában az Ötös visszavonulásának egy változata. A Hetes általában túl érzékenynek sebezhetőnek érzi magát ahhoz, hogy bárkit is túl közel engedjen magához - ez is az Ötös szívre jellemző. A kalandvágy és a távoli, ismeretlen országokban való utazáshoz való vonzódás is közös az Ötösben és a Hetesben - az utóbbinak ez a biztonságos módja az emberekkel való kapcsolatnak, úgy, hogy közben azért megtarthassa az inkognitóját.

A MAGASABB OKTÁVOK LECKÉI

Az Enneagram minden pontja tud nekünk tanítani valamilyen leckét. Mivel mindannyiunkban van valami az összes pontból, mindenkitől van tanulnivalónk is. A magasabb oktávok szintjén találhatjuk a legértékesebb tanításokat.

A KILENCES PONT - A SZENT

A Kilences magasabb oktávja a Szent. Itt lép be az emberek világába a Szent Szeretet. A Szentek meg tudják érteni, sőt fel is tudják venni az összes nézőpontot. Mindenkit tudnak szeretni. Nem tesznek felesleges megkülönböztetéseket az emberek között. Kalkuttai Szent Teréz Anya is Kilences. Szeretetéből jut a Kalkutta utcáin haldokló koldusoknak is. Nem az érdekli, hogy mit dolgozik valaki, vagy milyen jócselekedeteket hajtott végre. Mindenkinek az igazi lényét szereti, mert felismeri benne Krisztust.

A Kilences általában könnyen bele tud veszni az érzéki szerelembe és az erotikába. Ez azonban nem igazán el-
lentés a Szent Szeretettel, nincs kizárva abból, hanem a Szent Szeretet közegében is át lehet élni. Maga a Szent Szeretet Isten felismerését jelenti mindannyiunkban. Ez a Szent leckéje.

Ez a szeretet képes nélkül adni, hogy elvárna valamit cserébe. Oly sokszor mondjuk ki azt, hogy „szeretlek”, úgy, hogy a kimondatlan hangsúly azon van: „ÉN szeretlek”. Ettől aztán jól érezzük magunkat, mert ez igazából azt jelenti: „jó érzés nekem

szeretni téged", vagy „szeretlek azért, amit teszel értem". Ez nem az a szeretet, amiről itt beszélünk. A Szent Szeretet tisztán csak ad.

A helyes cselekvés ösvényére lépni komoly feladat a Kilenceseleknek, mert hajlamosak rá, hogy ha meg is érzik a Szent Szeretetet, az energiáját szétszórják a tétlenségben vagy az alacsony hatásfokú cselekedetekben. A helyes cselekvés azt jelenti, hogy pillanatról-pillanatra tudatosak maradunk, jelen vagyunk a pillanat valóságában, és annak megfelelően cselekszünk. Szent Teréz Anya nem botorkál bágyadt mosollyal az utcán, azt énekelve, hogy „szeretlek, szeretlek". Missziókat szervez. Másokat is bevon a tevékenységébe. Ily módon hatással van a világra. Olyan módon tudja kifejezni a szeretetét, hogy az mindenkire hat a bolygónkon.

Mindenkinek az lehet az első leckéje, hogy meglássa az istenit mindenkiben. Jó kezdet, ha kinyílunk arra, hogy meghalljunk minden nézőpontot. Felismerhetjük, hogy még a legbetegebb lelkek, a legdestruktívabb emberek is hordoznak magukban egy isteni szikrát, és boldogok szeretnének lenni. Ennek felismerésével elkezdhetjük gyógyítani életünk szenvedéseit és azok romboló következményeit.

AZ EGYES PONT - AZ URALKODÓ

Az Uralkodó a tökéletesség eszméjének hordozója. Valahol mindenki másban is van egy hely, amelyben a kozmikus látomás rejlik, és ez a pontunk minden pillanatban meglátja a tökéletességet. Ez a mikrokozmosz, a saját lényünk teljessége, amit megláthatunk a makrokozmosz tökéletességének keretében. Amikor az Egyes nem arra koncentrál többé, hogy mi rossz az adott pillanatban, hogy feldühödhessen ezen, akkor meglátja, hogy a hibák is segítenek meglátni a kozmikus terv teljes képét.

Amikor kialakult ez a látásmód, akkor kezdődik a derűs egyszerűség ösvénye. Ez az egyszerűség az égi harmónia ismeretét jelenti, és abból a felismerésből fakad, hogy a világon semmit nem kell tennünk dühtől indítatva.

Ez nem azt jelenti, hogy az Egyes erőtlenné vagy hatástalanná válna. Ellenkezőleg: a felső oktávon az Egyes az uralkodó. Magas szinten cselekszik, viszont ezt már más motiválja. Az Egyes pont hordozza a legmagasabban fejlett erkölcsi érzéket. Mahatma Gandhi például saját példájával mutatta meg, hogy hogyan lehet düh helyett egy magasabb vízió erkölcsi tisztaságával cselekedni. A magasabb oktávon az Egyes szorgalmasan dolgozik, de nem kényszeresen. Kész kiállni önmaga és mások védelmében, igazi tekintéllyel, de nem a dühtől hajtva.

Ezt a leckét tanulhatjuk meg az Egyes típustól: az erős és független gondolkodásmódot, a tiszta és magas eszmékhez való hűséget, és a külső kísértések elkerülésének képességét. Lev Tolsztoj jó példája ennek: nemesi származása ellenére, lelkiismerete szavára hallgatva, az elnyomottak segítésének szentelte életét.

A NYOLCAS PONT - A HARCOS

A Harcos - a Szent és az Uralkodó mellett - a tökéletesség egy újabb darabját hordozza: a Szent Igazságot. Mondhatnánk azt is, hogy a Nyolcas forgatja az Igazság kardját. A tibeti buddhizmusban gyakran használják „az együttérzés könyörtelen kardjának" különös fogalmát. Ez az a kard, amely a pillanat igazságának mélyére hatol.

Ezt a kardot csak akkor lehet helyesen használni, ha az ártatlanság ösvényén jársz. A fixációjuk rabságában élő Nyolcasok mindig valamilyen módon az ártatlanságukat próbálják bizonyítani. Az igazi ártatlanság ösvényén azonban semmi szükség sem a

vádakra, sem a védekezésre. A megvilágosodatlan Nyolcas úgy védi az ártatlanságát, hogy valaki másra ruházza a bűnt. Ráadásul ezt a vádaskodást úgy szokták hívni, hogy „kimondani az igazságot”. Amíg védekezés és önigazolás van jelen, nem lehet szó igaz ártatlanságról. Az ártatlanság a védtelen pillanat, szembenézve az igazság kardjával.

Mindenki megtalálhatja magában a bátorságot arra, hogy páncél nélkül lépjen ki a világba. Mint minden feladatunk, ez is otthon kezdődik. Milyen lenne minden pillanatban nyitottnak lenni, anélkül, hogy azzal takaróznánk, hogy mindig nekünk van igazunk? Milyen lenne vádaskodás nélkül, egy kisgyerek nyitottságával élni minden pillanatban? Ez a Nyolcas dolga. Az akadályok feladása után lehet valóban igazat mondani. Ezzel az igazsággal már másoknak is használhatunk.

Mindenkivel előfordul, hogy lát valami igazságot, amit valaki hozzá közelállónak meg kellene hallania. Ahogyan azonban kimondjuk ezt a felismerésünket, sokszor épp az ellenkező hatást váltja ki, mint amit szerettünk volna. Ha viszont az ártatlan nyitottság állapotában mondjuk ki ezeket az igazságokat, akkor nem védekezést váltanak ki többé. Ez a feloldás a mindenkiben benne élő harcosnak.

A HÁRMAS PONT - A VARÁZSLÓ

A Varázslónak megvan a képessége arra, hogy a kozmikus látomás ihletével az anyagi síkon is megteremtsen dolgokat. Ő az, aki megérti és felhasználja a Szent Törvényt. Ez a törvény a kozmikus álmok anyagi testetöltésének az alapja. Varázslat valójában nem létezik. Varázslatról akkor beszélünk, amikor nem értjük, hogyan működik a trükk vagy a csoda. Minden teremtés és létrehozás a kozmikus törvény szerint történik. A Varázsló ezeket ismeri és alkalmazza. Ezzel részévé válik a kozmikus tervnek. A munkáját az Isteni Anya gyengédsége és a Művész esztétikai érzéke finomítja.

Ahhoz, hogy ezt a munkát elvégezhesse, a Hármasnak abba kell hagynia a hajszát. A megvilágosodatlan Hármas azt hiszi, hogy ha ő megáll, összedől a világ. Ezért a vállán cipeli a világ súlyát. Ha azonban kapcsolatba kerül a Szent Törvénnyel, akkor ennek a tehernek az illúziója szertefoszlik. Ezen a ponton a Hármas abbahagyja a társadalom felületes jutalmiért kialakított szerepeit, és elkezd a kozmikus látomás megvalósítását.

Az ösvénye az igazmondás. Ahhoz, hogy megvalósíthassa a kozmikus törvényeket, előbb meg kell mondania az igazságot önmagáról. Az álarcok lefejtése a legmélyebb szintig megy le, a hisztéria gyökeréig, amely szerint nem szerethetnek azért, aki vagy. Mindannyiunknak van olyan része, amely ezt hiszi. Így aztán teljesítményeket kezdünk produkálni, és ebben eladjuk magunkat. De a Varázsló módjára visszavehetjük igazi teremtető erőnket, és felhasználhatjuk mindenki javára.

A KETTES PONT - AZ ISTENNŐ

Az Istennő ajándéka a Szent Szabadság. Ez a szabadság teremti meg a Varázsló munkájának a terét. De mindannyian valamiféle rabságban élünk. Bezárnak a társadalom elvárásai éppúgy, mint a saját programozásunk és hiedelemrendszerünk. Az Istennő ajándéka az igazi szabadság. Ehhez az alázat és szelídség ösvénye vezet. Ez hozza a megváltó kegyelmet. Lépésről lépésre mindannyian eltávolodtunk a szabadságtól, és ezt göggel ellensúlyoztuk. Ha gögből és büszkeségből ragaszkodunk a szabadságunkhoz, attól csak visszahullunk a rabságunkba. Mindannyiunkat ahhoz szoktattak, hogy a

szabadság abból fakad, ha büszkén kiállunk magunkért. Milyen szép is ezután felfedezni, hogy az igaz szabadság az alázattal jön meg...

A Kettes számára az hozza a rabságot, hogy feladja magát, és másokról gondoskodik, hogy ő maga önbizalmat nyerjen. A büszkeség mozgatja a gépezetet. Mindannyiunknak van olyan része, amely eladja magát, hogy megsimogassák az egóját. Ugyanakkor mindannyian Istennők vagyunk, az igaz szabadság lehetőségét hordozzuk magunkban, és a megadás ösvényén is járhatunk.

Az alázat a képesség arra, hogy segítséget kérjünk. Amikor eltölt a saját gögös büszkeségünk, amelynek másik oldalán az önbizalomhiány áll, akkor nem igazán tudunk segítséget kérni. Először is nem érezzük, hogy szükségünk van rá, másrészt pedig nem érezzük, hogy megérdemelnénk. Ilyenkor még ha lenne is egy megvilágosodás-élményünk, az elme akkor is a magáénak tekintené. Ennek a véglete a Nyolcas koncepció, mely szerint a szabadság falak áttöréséből áll. Az Istennő szelíd megadása azonban megengedi, hogy segítséget kérjünk, és megtaláljuk az ajtót.

A NÉGYES PONT - A MŰVÉSZ

A Művész a Szent Eredet ajándékát adja nekünk, ami a kozmikus szülőinkkel való köldökzsinór-kapcsolat megtalálása. Ez kezdődhet Földanyánkkal és Nap atyánkkal. Amikor érezzük kozmikus kapcsolataink igaz kötelékét, akkor elindulhatunk a kiegyensúlyozottság ösvényén.

A kiegyensúlyozottság közel áll az Egyes egyszerűségéhez, de az utóbbi egy tudatállapot, míg a kiegyensúlyozottság érzelmi állapot. Ennek középpontjából érzelmeink teljesen kisimult tengerét láthatjuk, amely tisztán visszatükrözi kozmikus eredetünket. Ez a legigazibb szépség és művészet.

E magas állapot felé vezető utunkon a Művész az esztétikai érzéket tanítja nekünk. A kevésbé fejlett Négyes valamilyen egyéni stílussal bizonygatja szeretetreméltóságát és értékeit. Ez a stílus és érzékenység is megvan valamennyire mindannyiunkban. Valahol az is megvan mindenkiben, hogy egy részünk elvágva érzi magát az örök forrástól. Mindannyian éreztük már, hogy magunkra vagyunk hagyva a világban. Talán úgy is mindenki érezte már magát, hogy tévedésből vagyunk egy kegyetlen, félreértésekkel teli, harsány világban. Ez az érzés azonban létrehozza a kapcsolatok újrafelfedezésének vágyát, azt az érzelmi érzékenységet, ami a Művész tanítása mindenkinek.

A HATOS PONT - A HŐS

A Hős/Apa a család védelmezője. Az indiánok példája segít ezt megérteni. (Az ő kultúrájuk is Hatos stílusú.) Bizonyos törzseknek szertartásaik vannak az izzasztókunyhóban, amely a Földanya méhébe való visszatérés metaforája. A kunyhóba való belépéskor mindenki felkiált: „Minden rokonom!”. Ez egyfajta ima, megszólítás, mellyel az indián valóban minden vele rokon lényt meghív tanúnak. Ebben a nagy családban benne van minden rokon és ő is az idők kezdete óta. Ez a Hős-Apa állapota.

Ez az az ajándék, amit a Hatos adhat nekünk. Előhozza minden kapcsolatának erejét, és megvédelmezi őket a Hit Szent Eszméjével. Ez a hit egyszerre jelenti az önmagunkban és ugyanakkor valami nálunk nagyobb dologban való hitet. Ezért tud kigyógyítani a kételkedésből, a gondolati zűrzavarból. Ez is megvan valamiképpen

mindannyiunkban. Az önmagunk alapvető jóságába vetett hitből ered. Ez elég bátorságot ad a cselekvéshez.

A Hatos legnehezebb kérdése az, hogy mit tegyen. Minden lehetséges cselekvésről van valami kételye. De amikor összeszedi a bátorságát, és hittel cselekszik, betöltve a szerepét a nagyobb környezetében is, akkor a föld és az ég is támogatja, és elhárulnak az akadályai.

Krishnamurti olyan Hatos volt, aki megteremtette önmagában a hit gyökereit, hitt önmagában, és kitartott az igazsága mellett. Senkinek sem volt hajlandó a gurujává válni, ehelyett mindenkit arra bízott, hogy önmagukban bízzanak, és önmagukban találják meg a hőst.

A Hős a hűségesség, kötelességtudat és bátorság ajándékait adja sorsunk útjaira.

AZ ÖTÖS PONT - A MISZTIKUS FILOZÓFUS

A Misztikus Filozófus a mindentudás Szent eszméjének hordozója. A fejletlen Ötös információgyűjtéssel próbálja ezt elérni. Ebből a tudományos képességükből is van mit tanulnunk, de a magasabb októvön levő Filozófus bekapcsolódik az Egy Tudatba. Ez az igazi mindentudás: kapcsolatban lenni a forrással, ahonnan az egész Univerzum teremődik. Ez a Buddha tudata. Gautama Buddha Ötös volt. Ő is a felébredés útját tanította, amelyen a kinyílással, a határok, megkülönböztetések feladásával és az ego határainak megszüntetésével járhatunk.

Ösvénye a nem-ragaszkodás. Ragaszkodásaink tartanak minket bezárva. Az ideiglenes dolgokhoz és saját korlátainkhoz való ragaszkodásunk akadályozza meg, hogy az Egyetlen tudatban legyünk. Az Ötös útjának a tanítása a nem-kötődés. Ha elengeded a poggyászaiddat, mindjárt nagyobb tered lesz a fejlődésedre. Mindig megpróbálunk a csomagjainkkal együtt bejutni a mennybe, de a súlyuk mindig visszahúz bennünket. Nélkülük azonban lehetséges az egyévválás az Egy Tudattal.

A HETES PONT - A MÁGIKUS GYERMEK

A Mágikus Gyermek tanítja nekünk a Szent Munkát. Ennek három fő jellemzője van. Először is tudni kell hozzá, hogy egy isteni terv része vagy. Ez a hit a Hatos hitének egy változata. Annak a felismerését jelenti, hogy létezik egy isteni terv, és földi életünk ennek a része. Ez a Hetes ajándéka mindannyiunknak. Ebből következik, hogy mindenkinek van valami szerepe az emberiség spirituális fejlődésében, evolúciójában. Ez adja az isteni játékban való pótolhatatlan részvételünk felismerését.

Másodszor: a Szent munka akkor kezdődik el, amikor valami nagyobb célért kezdünk el dolgozni, mint a különálló személyünk. Ezzel túllépünk a pusztá aggodalomból a mindennapi fennmaradásunkért végzett munka csapdáján. A Szent Munka mindig szolgálat, a közjóért folytatott cselekvés. Az emberi közösségért és az isteni értékekért folytatott szolgálat túlvisz az egyéni lét korlátain.

Végül pedig nem elhanyagolható szempont, hogy a Szent Munkát élvezettel lehet végezni. A Mágikus Gyermek ajándéka mindannyiunknak az a felismerés, hogy az igazi munka egyben örömteli játék. Eltűnik benne a munka és a játék közötti határvonal, mert azt csináljuk, amit igazán szeretünk, és ezzel minden élőknek jó szolgálatot teszünk.

A Hetes Szent Ösvénye a józanság. Ez azt jelenti, hogy készek vagyunk jelen lenni a pillanatban. Az alacsonyabb fejlettségi szintű Hetesek bármit kihasználnak a

drogoktól a felszínes kapcsolatokon át az új helyek izgalmáig, ami segít nekik elmenekülni az igazi emberi közelségből és a pillanat valóságából. A Szent munka élvezetes játék voltát is a fájdalomból és a szenvedésből való kibúvóként használják. Mivel minden emberi kapcsolatban mindig jelen van a fájdalom lehetősége, a Hetes inkább csak játssza az intimitást, miközben finom falakat épít önmaga és mások közé. Erre jó módszer az alsóbbrendű/felsőbbrendűségi játszma, amelyben mindig le tudnak fokozni valakit, mit sem törődve az egyenlőségről szóló kedvenc elméletükkel. Így egy darabig maga a Szent Eszme is a visszájára fordulhat, és valójában letéríti az útvjáról a fejletlen Hetest.

Mindannyiunknak van egy Mágikus Gyermeke része. Mindenkinek megvan a lehetősége, hogy tudatosan felvállalja ezt, pillanatról-pillanatra finoman kapcsolatba kerüljön a jelennel, és így élvezze Isten játékát.

ÖSSZEFOGLALÁS

Ha egyszer megtanultad az Enneagramot, sokféleképpen lehet dolgozni vele. Talán a kapcsolatok területe a legfontosabb. A család, a kultúra és a civilizáció egyaránt emberi kapcsolatokon alapuló struktúrák. Társas, szociális lények vagyunk, és kapcsolataink nagyban meghatározzák, hogy a mennyben vagy a pokolban érezzük magunkat. („A pokol: a többi ember.” - Jean-Paul Sartre)

A legtöbb ember nem elégedett a világgal és másokkal való kapcsolatával. Legtöbbünknek saját családtagjainkkal is vannak problémáink. Ismerek olyan 96 éves embert, aki állandó harcban áll 92 éves öccsével. Továbbra is felelőtlen tacsónak tekinti az öccsét.

Ha ez a két ember ismerné az Enneagramot, és az idősebb tudná, hogy ő Nyolcas, a fiatalabb pedig Hetes, akkor talán jobban megértenék a különbségeiket, egymás erősségeit és gyengéit. A legtöbb ember azért elégedetlen a kapcsolataival, mert almát próbál kapni egy körtefától.

Amikor családi helyzetben alkalmazzuk az Enneagramot, akkor sok minden érthetővé válik a család történetéből. Magasabb összefüggésekben lehet meglátni az addigi szenvedéseket, csalódásokat, szomorúságokat és félreértéseket. Sokkal mélyebb szinten láthatjuk és érthetjük meg a szüleinket, gyermekeinket, rokonainkat és partnereinket.

Először talán nem feltűnő a változás. Az Enneagramból először a gépezetünk mechanikus működését ismerjük meg, és sok embert feldühít, amikor először meglátja a sajátját. Van, aki úgy érzi, hogy most lerombolódott az élet misztériuma, minden mechanikusnak és bejósolhatónak tűnik. De valójában éppen ebben az állapotban kezdődik a lelki gyógyulási folyamat.

A mechanizmusok megértése után nem várjuk többé, hogy egy visszahúzóó Ötös, aki még a végletei közül is az antiszociális oldalon áll, úgy viselkedjen, mint egy szociális Kettes, mert ilyen erővel egy Merzedesszel is megpróbálhatnánk szántani. Mihelyt ezt megértettük, sokkal könnyebbé válik az élet. Mélyebb szintekre láthatunk, és ez elindítja a gyógyulás folyamatát. Ha felismerjük a gépezetünket, és nem azonosulunk vele, elkezdhetjük felismerni az élet bennünk izzó szikráját, amely átvilágít bennünket.

A következő szint az önmagunknak való megbocsájtás. Ha meglátjuk, hogy mennyi gondot okozott az életünkben a fixációnk, akkor megbocsájtjuk magunknak, hogy valamikor a szerkezet csapdájába esett a tudatunk. A megbocsájtás folyamatában egyre mélyebbre visszamehetünk a múltunkba, és megállhatunk minden feszültségpontnál, szenvedésnél és hazugságnál, hogy feloldjuk azokat. Minden múltbeli élményünket új nézőpontból értékelhetjük át, és a tudatos és tudatalatti részeink összetalálkozhatnak a megbocsájtásban.

Az emlékezés valójában aktív képzeleti folyamat. Mindenre a jelenlegi tudatállapotunk keretében tudunk csak visszaemlékezni. Emlékeink folyamatosan változnak a jelennel való kölcsönhatásban. Ha úgy megyünk végig régi emlékeinken, hogy közben a jelenben emlékszünk az Enneagramra, a szívünkben pedig megbocsájtást hordozunk, akkor az emlékeink is megváltoznak, és ez kedvezően vissza is hat a jelenlegi életünk minőségére.

Fontos észrevenni azokat a mintákat, amik kialakították a mai énedet. Megtalálhatod, hogy gyermekkori hiedelmeid, meggyőződéseid és hozzáállásod mintái hogyan vannak ma is jelen az életedben. Együttérezhetsz fiatalabb önmagaddal, akiről ma már látod, hogy csak a legjobbat tette, amire akkor képes volt. Bármit is tett, a karakter rétegei alatt mindig megláthatod az alapvető jóságot.

Azt is felismerhetjük, hogy mindannyiunkban van valami az összes karaktertípusból. Több karakter is hat bennünk. Vannak olyan mintáink, amiket a szüleinktől vettünk át. Biztos lehetsz benne, hogy benned is van valami a szüleid karakterének stílusából. Más-más oldalunk jön elő, ha a kollégáinkkal vagyunk, más, ha a szerelmünkkel, és megint más, ha konfliktusba kerülünk valakivel. Minden típus bennünk van. Az a dolgunk, hogy mindegyiket meggyógyítsuk.

A fő fixációnkat a legnehezebb meggyógyítani. A gyökerfixációnk nemcsak a legnagyobb akadályunk, hanem a legnagyobb szövetségesünk is. Amikor ezt gyógyítjuk, akkor lényünk gyökere felé közeledünk. Létkérdések merülnek fel, életünk értelmének kérdései. A karakterünkkel való bírkózás öleléssé válhat, hogyha elfogadjuk, és a hazavezető utunk eszközévé tesszük.

A megbocsájtás tovább tud terjedni a családjunkra is. A szüleinkkel kezdhetjük. Újra lejátszhatunk egyes jeleneteket emlékezetünk archívumából. Engedheted, hogy maguktól kiemelkedjenek a történetek a tudatalattidból. A tudatalattidnak legalább olyan fontos szerepe van a folyamatban, mint a tudatos részednek. Válaszd külön magad minden fájdalmas emlékedtől azáltal, hogy más szemmel nézed meg őket. Tanuld meg a bennük rejlő leckéket. Lásd meg, hogy hogyan nyilvánul meg a karakter a magad és a környezeted életében.

Vedd észre, hogy milyen minták alakították ki azokat, akik legerősebben hatottak a saját viselkedésmintáid kialakításában. A megbocsájtásban eggyé válik a tudat és a szív. A megbocsájtás nem azt jelenti, hogy letagadjuk azt, ami megtörtént, vagy gögösen megpróbálunk felülemelkedni rajta. Valójában annak a lehetősége, hogy túljussunk a behatárolt látásmódunkon és a dualitáson, az ellentétek játszmáin. Észreveheted minden családtagod árnyékos oldalait, éppúgy, mint a bennük rejlő fényt. Minden viselkedésminta és hiedelem mélyén megláthatod a lényegi jóságot. Vezessen a felébredett tudat és az együttérző szív.

Ezekon a módokon a megbocsájtás át tudja hatni egész lényedet. Ez készít fel a munkád következő szintjére.

Az Enneagram ajándékának az az igazi természete, hogy túlvisz a mindennapi élet korlátain. Ha csak annyit tenne, hogy eszközöket adna a világunkhoz való harmonikusabb viszonyuláshoz, önmagunk gyógyításához és az önmagunknak való megbocsájtáshoz, már ez is óriási érték lenne. Emellett azonban az Enneagram túlmutat a halandóság világán, elvisz a halhatatlanság kapuihoz.

Mindannyiunknak van egy olyan része, amely életről-életre újraszületik. A kereszténység ezt a léleknek nevezte. A tibeti buddhisták szerint a tudat egy kikristályosodott darabja születik mindig újra, és ez gyűjti magába a földi élet tapasztalatait. Ez a tudat-darabka az élet evolúciós tervének része. Az isteni öntudat elérése felé halad. Az Istenek kiképző tréningjén veszünk részt.

A tudat kristályának kicsiszolása sokszor fájdalmas folyamat. Olyan, mint egy nyers gyémánt durva felszínének lecsiszolása, hogy előtűnjön a belső fénye.

A földi élet tapasztalatai és érzékszervi benyomásai csiszolják ki a tudat kristályának oldalait. Életeken át fényesítjük fáradhatatlanul, ismétlődő élményeken át, míg egészen kitisztul. (Ez a bölcsék köve alkímista fogalmának eredeti jelentése is. - A ford.)

Mindannyian megízleltük már a csalódottságot, mind elmerültünk már a kétségbeesés tengerében. Eltemettek már az aggodalmak hegyei, és belénk maródtak az erőfeszítések és a kudarcok. Megbélyegezték az elvárásaink és megbánásaink, megsebeztek a félelem üvegcserepei. Mindez kifinomítja, megszilárdítja és megtisztítja a bennünk rejlő gyémántot.

Két fő feladatunk van. Az egyik a lélek tükrének megtisztítása. A tudat kristályának minden oldalát olyan simára kell csiszolnunk, hogy a lélek tiszta fénye teljes erejével átragyoghassa. Az Enneagram a kristály kilenc oldalát jelöli ki nekünk.

A másik feladatunk mélyen összekapcsolódik ezzel a tisztulással. A lelkünknek az a dolga, hogy a létezés egy magasabb dimenziójában kristályosodjon ki újra. Magasabb és finomabb vibrációs szinten kell újraalakulnia, hogy a tudat és létezés új síkját érje el. A megtisztulási folyamatot ugródeszkeként használhatjuk fel a magasabb, halhatatlan dimenziók felé.

A szintváltás feladatához elszántságra, világosságra és tudatosan vállalt megrázkódtatásokra van szükség. Az univerzumban nem alakul ki magától a tudat, hanem saját választást és figyelmet igényel. Az Enneagram eszközt ad a tudatos szintváltások folyamatához.

Földi életünk álom a tér és idő színpadán. Az élet és a kapcsolatok malmában őrlődve tisztul a tudatunk. Amikor megtanuljuk a fixációkat, azt láthatjuk, hogy a mítikus típusok enyhén deformált alakban jelennek meg mai életünkben. A deformáció oka a tudatosság hiánya. De még az elidegenedett kultúra deformációi is a megvilágosodás felé segíthetnek, ha tanulunk belőlük. Mint a kagyló egy homokszem irritáló hatására, igazgyöngyöt növeszthetünk önmagunkban. Ezek a bölcsesség gyöngyszemei, melyeket évezredek alatt teremtettünk.

A folyamat mikéntjét mindenkinek magának kell felfedeznie. Magunkban hordozzuk a választ minden mostani és leendő kérdésünkre. Mindannyian tökéletesek vagyunk az evolúciós fejlődésünk bármely elért szakaszában. Mi vagyunk a mag és a fa

is, mely a magból kikel. Az emlékeink termékeny talajából nőttünk ki, és segítséget is kapunk a növekedéshez. Mind voltunk már gyilkosok, tolvajok is valamikor, de mindenki volt már mindenkinek az édesanyja is. Ennek a felismerése nyomán eljön az univerzális megbocsátás ideje. Megérthetjük, hogy mindannyian együtt vagyunk ebben a világméretű evolúciós folyamatban.

Az egyik nagy tévedésünk az, hogy a megvilágosodás valami ünnepélyes, komor dolog. Azt hisszük, hogy csak az ego és a karakter kereteiben érezhetjük jól magunkat. Valójában mindez csak alvajáró káprázat. Az igazság épp az ellenkezője. Szenvedélyeink és a mechanikus szerkezetünk csak szenvedéshez vezetnek. Az igazi megvilágosodás igazi játékosághoz vezet. A kreativitást és az igazi emberi közelség örömeit akkor kapjuk jutalmul, ha feladtuk a fixációink öntudatlan szenvedéseit. Legszebb álmaink épp akkor válnak valóra, ha felébredünk a holdkóros lázálmodásból. Az Enneagram tudat-térképei segítségével felismerhetjük az eddig észrevétlen, tudatalatti trükkjeinket, melyek az álomban tartottak bennünket. Ezért az Enneagram a felébredés eszköze. Abban segít, hogy megszabaduljunk tudatosság hiányából fakadó szenvedéseinktől.

Az egyetlen tanács, amit adhatok, az, hogy légy gyengéd magadhoz. Gyengéden kezd el ébresztgetni magad, mint a jó anya, aki hosszú álomból ébreszti gyermekét. Légy finom, és érezd jól magad az ébredés közben.

Magyar hírességek enneagram típusai:

- 1.: Bárdy György, Zenthe Ferenc, Faludy György, Vajda János, Major Tamás, Sándor György, Benedek Miklós, Schusztér Lóránt, Som Lajos, Nagy Feró
- 2.: Pécsi Ildikó, Csala Zsuzsa, Komlós Juci, Endrei Judit, Psota Irén, Soma, Mikó István, Papp Laci
- 3.: Csepregi Éva, Görbe Nóra, Friderikusz Sándor, Geszti Péter, Gergely Róbert, Kocsis Zoltán, Fenyő Miklós, Varga Miklós, Kovács Ákos
- 4.: Udvaros Dorottya, Sebestyén Márta, Katona Klári, Kudlik Júlia, Töröcsik Mari, Bródy János, Mácsai Pál, Huszti Péter, Szécsi Pál
- 5.: Schütz Ila, Vencel Vera, Sztankay István, Vitray Tamás, Antal Imre, Gryllus Dániel, Sebő Ferenc, Cseh Tamás, Petőfi Sándor
- 6.: Detre Annamária, Kozák András, Haumann Péter, Koltay Róbert, Bodrogi Gyula, Kern András, Demjén Ferenc, Ifj. Müller Péter, Szörényi Levente, Jancsó Miklós, Csontváry Kosztka Tivadar
- 7.: Hernády Judit, Eperjes Károly, Rátonyi Róbert, Gálvölgyi János, Gyurkovics Tibor, Déry János, Pataky Attila, Somló Tamás
- 8.: Gobbi Hilda, Koncz Gábor, Bubik István, Bujtor István, Földes László (Hobo)
- 9.: Kazal László, Presser Gábor, Vikidál Gyula, Szabó István, Id. Müller Péter, Hamvas Béla, Móricz Zsigmond, Arany János

ENNEAGRAM-TANFOLYAM

A könyvben ismertetett anyagból és azokat kiegészítő más ismeretekből egy hétvéges tanfolyamok indulnak. E tanfolyamok fő célja, hogy a résztvevők személyes tapasztalatok és példák segítségével élő, szilárd és jól alkalmazható tudást szerezhessenek az Enneagram rendszeréről.

A gyakorlatok és tesztek mindenkinek segítenek, hogy helyesen és alaposan megismerje a saját típusát, és egyben gyakorolja az összes típus felismerését.

NLP-TANFOLYAMOK

Az NLP a modern terápia, kommunikáció és tudat-fejlesztés egyik legsikeresebb, világszerte élvonalban járó technikája. Segít életünk teljesebbé, hatékonyabbá és élvezetesebbé tételében. Kiterjeszti tanulási képességeinket, a tapasztalatokból való tanulást is beleértve.

A belső blokkok, fájdalmas emlékek feloldásával megszabadít a múlt súlyától, hogy a jelenben élhessünk. Az élet szinte minden területén gyakorlatban alkalmazható új látásmódot ad, hogy kinyílhassunk a világ és a többi ember felé.

Kezdő és haladó szintű, egy-egy hétvégét betöltő tanfolyamainkon meg lehet ismerni az NLP alapszabályait, szemléletét, rendszerét.

A tanfolyamokat vezeti: Vörös Ákos
mester-szintű NLP-terapeuta és Enneagram-tanító,
a jelen könyv fordítója.

A tanfolyamokra való jelentkezés és információ:

Coué Egyesület, Veszprém, 8201, Pf. 422.

1 Ouspensky, P. D. In Search of the Miraculous. New York: Harcourt, Brace and World, 1949

2 Bennett, J. G. Enneagram Studies, York Beach, Me.: Samuel Weiser, 1983

3 Riso, Don Richard. Personality Types. Boston, Mass.: Houghton Mifflin, 1987

4 Tart, Charles T., Editor. Transpersonal Psychologies. New York, New York. Harper & Row, 1975

5 Collins, Rodney. Theory of Celestial Influence. Boston: Shambhala, 1984

6 macho (ejtsd: mácsó) - mexikói eredetű szó; az erőszakos, gögös, hatalom- és felsőbbrendűség-mániás férfiakra használják.