

Az enneagramról

(Nicolas C. Demetry és Edwin L. Clonts: Egyetemes küldetés c. munkája nyomán)

Az enneagram

Az **enneagram szó** a görög ennea „kilenc” és a grammes ’pontok’ szavakból származik. A kilenc pont kilencágú csillagot alkot, ábrázolva a kilenc személyiségtípust és a köztük lévő összefüggéseket. Az enneagram segít személyiségünk megismerésében, gyengeségeink feltárásában és azok erényekké változtatásában. Az enneagram tanulmányozásával pont arra a részünkre látunk rá, amit elveszítettünk, ami azonban mélyen mégis ott lapul bennünk. Ha ezt a részünket feltárjuk, rálelünk arra az ajándékra is, amit a világ számára hoztunk. Ahol a nehézségeink vannak, ott rejlenek a kincseink is. Sérülésünkben van a megváltásunk, a szabadulásunk.

Az **enneagram pontos eredete** ismeretlen, de az tudható, hogy az iszlám misztikusok, a szufik már a VIII. században használták. Sőt, egyes kutatások szerint gyökerei a III-IV. századbéli keresztény mozgalomig, az anahoréták hagyományáig nyúlnak vissza. Az anahoréták, „a sivatagi atyák és anyák” kivonultak az egyiptomi sivatagba, hogy zavartalanul elmélkedhessenek Istenről, és szembesüljenek saját démonaikkal. Szemlélődéseik eredményeit, azaz démonaikat, negatív elementáljait írásban összefoglalták. Később I. Gergely pápa ezt a „listát” az egyházi tanok számára a hét fő bűnre szűkítette le.

Az enneagram által leírt negatív elementálok tehát: *a harag, a kevélység, az irigység, a fősvénység, a torkosság, a bujaság, a restség* (a keresztény hagyományból ismert hét fő bűn), illetve *a félelem és a hamisság*.

Az **enneagram szerkezetét** egy három- és egy hatszögű alakzat alkotja, melyet egy kör fog egybe. A háromszög Püthagorasz hármasság törvénye szerint a tézis-antitézis között húzódó feszültség feloldását szimbolizálja. Daszkalosz (Dr. Stylianos Atteshlishez, a ciprusi mágus) felfogásában a háromszög a dualitáson belüli egység jelképe, és arra tanít, hogy az ellentétek világában, a földi létben meg kell találnunk az egységet. „Mert sokan vagyunk, de mind Egyek vagyunk.” Minden polaritás mögött valójában a szeretet egysége húzódik meg.

A hatszög a püthagorasz hatosság törvényét alkalmazva az isteni tökéletességgel való egygyé válást megelőző, teremtő folyamat.

A kör az egység törvényét jelképezi, amely a minden létező sokfélesége mögött húzódó végső és egyetlen egységet ábrázolja.

Az enneagram szimbóluma tehát az egységet fejezi ki. Olyan eszköz, melynek segítségével harmóniába és egységbe kerülhetünk önmagunkkal és ezáltal a világgal.

Az elementálok

Ahhoz, hogy az enneagramot értsük, szót kell ejtenünk az **elementálokról**. Mit takar ez a kifejezés?

Daszkalos értelmezésében az elementálok saját teremtett gondolataink, melyek érzellemmel telítődnek, és újra teremtik önmagukat. Az elementálok lehetnek pozitívak. Ezek az erények, a tiszta gondolatformák, melyek az ember szellemi lényegéből, isteni valójából, tudatosan teremtetnek. Ugyanakkor léteznek negatív elementálok is, az úgynevezett vágy-gondolatok, melyeket az ego hoz létre öntudatlanul. Mindaddig, amíg az ember fel nem ismeri a benne

működő negatív elementálok, addig azok uralják őt. A személyiség olyannyira ezek rabságába kerülhet, hogy gondolataival, érzéseivel és cselekedeteivel újra- és újrateremti, sőt tovább szaporítja ezeket a démonokat. Például a harag energiája jól szemlélteti, hogyan telítődik egy negatív gondolat negatív érzelemmel, mely nem-tudatos, meggondolatlan cselekedethez vezethet. Aki a düh fogságában szenved, könnyen belecsúszik ebbe a folyamatba, és nem kevés erőfeszítés és elhatározás szükséges ahhoz, hogy megváljon attól a programjától, ami arra készíti, hogy bizonyos helyzetekben dühvel reagáljon. Ez mindaddig tart, amíg fel nem ismeri az ördögi kört, és meg nem tanulja, hogyan tud belőle kiszállni: azaz felismeri önmagában a harag ellentétpárját: az isteni békét.

A személyiség részét alkotó negatív elementálok tehát árnyoldalainkat jelenítik meg. A negatív elementálok azon döntésünk következményei, hogy alapvető önazonosságunkat az anyagi síkhoz, s azzal együtt az elválás, a félelem, a sebezhetőség és a halál illúziójához kötjük. A megvilágosodott személyiség ezzel szemben azzal azonosítja magát, aki valójában: testet öltött szeretetként, aki a krisztusi csodát és szépséget hivatott kifejezni.

Ahhoz, hogy ezt elérjük szükséges az a gyógyítói munka, mely révén a személyiség elrejtett és egyfajta aknamunkát végző árnyoldalát felszínre hozzuk, tudatosítjuk és megváltjuk. Ezáltal kapjuk vissza azt az elveszítettnek hitt részünket, mely az erényeinket, legigazabb kincseinket tárja fel magunk és a világ előtt.

Gyengeségek és erények

Melyek az enneagram kilenc személyiségtípusának jellemző gyengeségei, negatív elementáljai, illetve az isteni kegyelem révén ezek milyen erényekké alakíthatók át?

A **kilenc gyengeség** a következőképp jellemezhető:

1. Harag – Érzelmileg támadó, vagyis harcias reakció az észlelt veszedelemre.
2. Kevélység – Nemes egoizmus. A fény angyalának álcázott démon.
3. Hamisság – Félelemből fakadó szándékos nem-egyezés a gondolat, az érzelem, a szó és a tett között.
4. Irigység – Fájdalmas másságérzés, amely vágyakozáshoz és hiányérzethez vezet.
5. Fösvénység – Hiányérzethől fakadó vonakodás attól, hogy az egyén bármit, amit birtokol, elengedjen. Az az állapot, amikor valakit a birtokvágya birtokol.
6. Félelem – Érzelmi menekülés, amely az észlelt veszedelemre adott válasz.
7. Torkosság – Élvezetes élmények utáni éhség, mint az észlelt veszedelemtől való menekülés eszköze.
8. Bujaság – Az uralkodás és az irányítás vágyából fakadó túlzott mértékű kívánás, amely a sebezhetőség érzéséből fakad.
9. Restség – Az összpontosítás és a revitalizáció lényeges feladatának elhanyagolása. Önsibbasztás és önmagunk elfelejtése.

Az isteni kegyelem által a kilenc személyiségtípus a következő **erényeket** fejlesztheti ki:

1. Belső béke – Az isteni szándék elfogadása.
2. Alázat – Annak tudata, hogy kegyelem által léteünk.
3. Egyenesség – A gondolatok, az érzések és a tettek egyezése, ami azon hit eredménye, hogy az ember erőfeszítése az isteni akarat tükröződése.

4. Egyensúly és állandóság - Tudatállapot, amely a mindenben jelenlévő isteni észleléséből fakad.
5. Lelki szabadság – Azon képességünk, hogy az életet a maga teljességében megtapasztaljuk, s közben semmit sem akarunk megtartani belőle.
6. Bátorság – A nehézségek idején is kitartó cselekedet, amely abból a tudatból fakad, hogy az ember legbensőbb szellemi valósága sérthetetlen.
7. Elkötelezettség – Egy cselekménysor melletti állhatatos kitartás, magasabb célok elérése végett.
8. Megadás – Elengedni, és Istent beengedni.
9. Céltudatos cselekvés – Önismeretből fakadó cselekvés.

Lélektípusok és személyiségtípusok

Az enneagram kilenc pontja kilenc személyiségtípust jelent. Ezek magasabb minőségeiből, erényeiből három csoportot, három fő lélektípust különböztethetünk meg: angyali lelkek, hősi lelkek, filozofikus lelkek.

Ha abból indulunk ki, hogy az emberi tapasztalás három fő területen keresztül zajlik: a gondolkodáson, érzéseken és cselekvésen keresztül, akkor azt mondhatjuk, hogy az enneagram által ábrázolt három fő személyiségtípus-csoport ezek sérüléseit ábrázolja.

Vagyis az *angyali lelkek* a cselekvés központban, a *hősi lelkek* a szív központban, a *filozofikus lelkek* pedig a gondolkodás központjában hordoznak gyógyulásra váró sebeket. A gondolkodás funkcióján keresztül fejeződik ki a bölcsesség és az igazság, az érző funkción keresztül a szeretet, az empátia és az odaadás, és a cselekvés funkcióján keresztül pedig a helyes cselekvés és az ehhez szükséges erő és akarat.

Az energetikai tapasztalás szerint fejre, szívre és hasra tagolható embermodellhez az Újszövetségben találhatóunk analógiát. Jézus három apostola szimbolizálja számunkra ezt a három lélektípust.

Tamás apostol képviseli a fejet, az intellektuális, tudós gondolkodót, aki hitetlenkedésével jellemzően a kételkedés elementálját példázza. János a szív-központú, a feltétel nélküli szeretet hirdetője. Péter pedig a has-központ, az erő, a szikla megtestesítője, akire Jézus az egyházat építette, s aki ugyanakkor hajlamos volt hirtelen haraggal, bölcsesség nélkül is cselekedni, jól példázva a harag elementál természetét.

E három testközpont tökéletes harmóniáját és egységét, a Krisztus-fény, Krisztus-energia legmagasabb szintű megnyilvánulását jelképezi Jézus Krisztus.

Mindaddig, amíg a személyiség a sérülését be nem gyógyítja, és újra össze nem kapcsolódik a Forrással, addig a magasabb szintű erények helyett egyfajta túlélési stratégiát, bizonyos helyzetekre adott válaszreakciót alakít ki.

A Forrásuktól elszakadt *angyali lelkek* eredendően a *cselekvés területén sérültek*, s elkülönülésüket elsősorban a dühben élnek meg. Túlélési stratégiáik a következők:

8-as típus: Az *Uralkodó Én* másokkal harcol, kifelé irányítja haragját, egyéni igazságrendszert állít fel. Ezáltal védi érzékenységét, sérült belső gyermekét.

9-es típus: A *Nemtörődöm Én* illúziókat kerget, nem akarja elfogadni testetöltését, és mindenáron a belső béke fenntartására törekszik helytelenül. Ehhez az önmagáról való megfélelkezés, önzsbasztás, restség, illetve a harag és más felkavaró érzések elkerülésének stratégiáját választja.

1-es típus: A Bíráló Én a polaritás, a jó és rossz fogalmainak rabja. Úgy küzd a rossz fogalma ellen, hogy tagadja, hogy az őbenne is létezik. Tökéletességre törekszik, és másokat is bírál tökéletlenségük miatt.

Az angyali lelkek akkor találnak vissza a Forráshoz, ha megtanulják, miben áll a valódi erő természete, és mit jelent a helyes cselekvés. Feladatuk, hogy az indulat tüzeit a cselekvés tüzévé, a restséget pedig céltudatos cselekvéssé alakítsák át.

A szív-központjukban sérült hősi lelkek elszakadásukat elsősorban bánatban élik meg. A szeretet egységét keresik, s ezért önfeláldozó módon próbálják meg elnyerni embertársaik szeretetét és elismerését, ahelyett, hogy a szeretet forrását önmagukban találnák meg.

2-es típus: A Büszke Én alapvető stratégiája az, hogy igyekszik nélkülözhetetlenné tenni magát a másokról való gondoskodás által, miközben ő maga elzárkózik a befogadás elől. Az önzetlen mártír szerepét játssza.

3-as típus: A Hamis Én mentsvára a siker, a teljesítmény-centrikus viselkedés, a szereplés. Ezek a kellékei ahhoz, hogy szeretetet és elismerést szerezzen a külvilágtól, miközben a saját érzelmeit negligálja. Ilyen módon próbálja meg elkerülni az elszakadás miatt érzett fájdalmának átélését.

4-es típus: A Melodramatikus Én a szeretetnek valamilyen elérhetetlen vagy különleges tárgya után sóvárog. Dramatizálja a szerelem tárgya iránti szenvedélyét és annak elérhetetlensége miatti tragédiáját is. E dráma által kerüli el az Istentől való elszakadás miatt érzett bánatát, megakadályozva, hogy az isteni szeretet önmagában tapasztaljon meg.

A hősi lelkek akkor válnak gyógyulttá, ha visszatálnak Isten feltétel nélküli szeretetéhez, ha meglik önmagukban a szeretet kiapadhatatlan isteni forrását.

A filozofikus lelkek, ha elkülönülnek a Forrástól, akkor elsősorban *félelmet tapasztalnak*. Ez a félelem megnehezítheti, sőt meg is akadályozhatja, hogy a személyiség meglássa a teremtésben rejlő bőséget. Minden félelem alapja végső soron a halálfélelem. A megsemmisüléstől és nélkülözéstől való állandó félelmük gátja lehet annak, hogy tudásukat kifejezzék, hogy megnyilvánuljanak. Stratégiájuk egyik lehetséges módja, hogy az élet valós megtapasztalása helyett valamilyen intellektuális tevékenységbe menekülnek.

5-ös típus: Az Elszigetelt Én elszakadt a bőség-tudattól, attól fél, hogy elszegényedhet. Ezért stratégiája az, hogy igyekszik mindent felhalmozni: tudást, időt, energiát, teret, magányt, ahelyett, hogy befelé fordulna, és aktív belső szellemi élete által teremtené meg a bőséget.

6-os típus: A Kétkelő Én állandó fenyegetettség-érzés közepette él. A külvilágban keresi a biztonságot, ugyanakkor tele van kétellyel és bizalmatlansággal. Ebben az ellentmondásos állapotban hiperébré, óvatossá és gyanakvóvá válik, ahelyett, hogy a biztonságot önmagában, saját sérthetetlen Krisztus-énjében találná meg.

7-es típus: Az Élvehajász Én a fájdalom, a félelem és a csapdába kerülés érzéseit az élvezetek hajszolásával, a választási lehetőségei bővítésével, halmozásával igyekszik elkerülni. Az Istentől való elszakadás fájdalmát átmenetileg elfedi a különböző élmények érzéki élvezete.

A filozofikus lelkek akkor találják meg békéjüket, ha bátorságra tesznek szert, és újra visszaszerzik hitüket az isteni bőségben és gondoskodásban, melynek forrása nem más, mint önnön Krisztus-énjük.

Az egyes lélektípusokra, személyiségtípusokra jellemző túlélési stratégiák, negatív elementálok csak addig vannak velünk, amíg rá nem jövünk, mi az, amit helyettesítünk velük. Miénk a döntés, hogy végleg megváljunk tőlük, és ráébredjünk bölcsességgel, szeretettel és erővel teli Krisztus-énünkre.

Ebben nyújt segítséget napi meditációs gyakorlatokkal Nicolas C. Demetry és Edwin L. Clonts: Egyetemes küldetés c. könyve és a Dr. Demetry által kidolgozott és vezetett Etherikos Gyógyítói Tanfolyam.