

Das Enneagramm – ein Modell, das Prozesse beschreibt und ermöglicht

Samuel Jakob

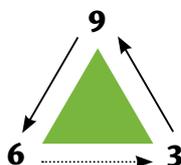
In der reichhaltigen Nummer 40 des EnneaForums (Dank an die Redaktion!) haben mich der Zwischenruf ‚Sprach-Gewohnheiten‘ von Gotthard Fuhrmann und Maria-Anne Gallens Beitrag ‚Die Persönlichkeit im spirituellen Kontext‘ angeregt, mich an der Diskussion zu beteiligen. Im Folgenden äußere ich mich zu Fuhrmanns These: ‚Enneagramm-Arbeit ist Prozess-Arbeit!‘ sowie anschließend zu Gallens Frage, ob eine grundlegende Veränderung von Enneagramm-Mustern möglich ist und wie. Ich schöpfe dabei aus inzwischen 22-jähriger Arbeit mit dem Enneagramm, und was wir, meine Partnerin Ruth Jakob-Gautschi und ich, dazu gelernt haben.

Prozess- und Typenmodell

So einleuchtend Gotthard Fuhrmanns Appell erscheint, nicht länger zwischen Prozess- und Typenmodell zu unterscheiden, so unrealistisch ist er in der Sache, stecken doch mehr als nur eingeschliffene und unnötige Gewohnheiten in diesem Sprachgebrauch: Das Prozessmodell aus der Schule Gurdjieffs kennt das Typenmodell nicht, das Typenmodell aus der Schule Ichazos vermittelt umgekehrt sehr wenig bis nichts vom Prozessmodell. Beide Modelle sind (noch) nicht in ein einziges Modell integriert. In seinem Kern ist das Enneagramm ein Erkenntnis-Modell, welches Bewegungen in ihren Gesetzmäßigkeiten beschreibt. Da unser westlich-griechisches Denken bis heute von Plato geprägt ist, denken wir in Kategorien von Dingen und statischen Zuständen. Dem Gurdjieffschen Prozess-Enneagramm kommt jedoch als Erkenntnismodell am ehesten die Quantenphysik nahe. Auch nach über 60 Jahren Quantenphysik sind jedoch weite Teile der Wissenschaft nach wie vor dem alten Modell verpflichtet, und wird die Realität als Ding-Wirklichkeit anstatt Wirk-Wirklichkeit betrachtet.¹

Das Enneagramm-Dreieck – Bindeglied zwischen den Modellen

Üblicherweise wird mit dem Prozess-Modell der Prozess der 9 Schritte im Uhrzeigersinn des Enneagramm-Kreises gemeint – und Handlungsabläufe damit beschrieben. Was bisher unbeachtet blieb, ist der Basis-Prozess, der diesem Prozess zugrunde liegt: der Prozess entlang des Dreiecks im Enneagramm-Symbol. Dieser Prozess beschreibt – angewandt auf die Psyche des Menschen, d.h. die 9 Typen (und ihre 27 Subtypen) – je nach Drehrichtung beides: Sowohl die *Formation der Persönlichkeit* (Gegenuhrzeigersinn) wie die *Transformation der Persönlichkeit* (Uhrzeigersinn). Den Hinweg in den Typ hinein, und den Rückweg aus dem Typ heraus. Eine detaillierte Beschreibung beider Prozesse ist im Text ‚Das Dreieck‘ auf unserer Website www.enneagramm.ch zu finden.



Die Formation der Persönlichkeit: Der Fall aus der Einheit (Punkt 9) in die Dualität (Angst an Punkt 6) im Prozess der Inkarnation führt, aus dieser „Not heraus, in bestimmte Persönlichkeitsmuster“ (Maria-Anne Gallen). Dies geschieht an Punkt 3: Hier erfolgt die Identifikation mit erfolgreichen Überlebensstrategien und der Aufbau einer vom Ursprung getrennten Ich-Identität in der Kindheit, die jedoch gleichzeitig ins Unbewusste sinkt. Damit sind wir am Ende des Prozesses angelangt, wieder an Punkt 9, jedoch nicht am Ausgangspunkt, sondern eine ‚Oktave tiefer‘, um einen Ausdruck des Prozess-Enneagramms zu verwenden. An diesem Ort der Unbewusstheit leben wir mit unseren Muster-Sets, die zusammen den Typ bzw. die Subtypen-Mischung ausmachen. Diese



‚maschinenhafte‘ Existenz² an Punkt 9 kann im Typenmodell als Zustand der 9 (bzw. 27) Typen und ihrer Grundfixierungen präzise beschrieben werden. Genau hier, am Punkt 9 als Zielpunkt dieses Prozesses, ist also der Ort des Typen-Enneagramms im Prozess-Enneagramm. Der Weg der Transformation beginnt ebenfalls hier, an diesem Punkt 9. Er verläuft als ‚Rückweg‘ im Uhrzeigersinn entlang den Stationen des Dreiecks (näher skizziert unten). Ohne dies hier weiter auszuführen wird ebenfalls klar, weshalb die Typen 3, 6 und 9 im Enneagrammkreis an diesen Punkten platziert sind, und welche Bedeutung sie für alle Enneagramm-Typen haben: Die 6 identifiziert sich mit der Angst (phobisch oder kontraphobisch), die 3 mit dem Prinzip der Identifikation (und damit der (Selbst-)Täuschung) und die 9 mit der Trägheit ihrer unbewussten Unbewusstheit (Selbstvergessenheit) – sie sind sozusagen an diesen Stationen ‚hängengeblieben‘. Jeder Typ hat sich auf seinem Weg der Transformation speziell mit diesen 3 Proto-Typen – worin Typ 9 sozusagen als Proto-Prototyp fungiert – zu befassen.



Typenmodell – Spezialfall des Prozessmodells

So betrachtet, ist das Typenmodell bzw. sind die einzelnen Typen des Enneagramms spezifische Zustände von Prozessen. Sie sind ‚gefrorene‘ Lebensenergie: erstarrt, und trotzdem lebendig, so wie Glas zwar hart ist und dennoch eine Flüssigkeit.

Seit uns Helen Palmer – fast in einer Nebenbemerkung – 2001 auf das Dreieck aufmerksam gemacht hat, sind wir daran, diese Zusammenhänge zu erforschen und aus dieser Perspektive auch die Arbeit an sich selbst anzugehen. Das konsequente Denken in den Prozess-Kategorien der Quantenphysik (die dem Denken des Taoismus sehr nahe kommt: das Tao Te King ist eine große Hilfe, die Logik von Prozessen klarer zu verstehen) wirft ein neues Licht auf das Typen-Enneagramm sowie die einzelnen Typen in ihren Aspekten. Die Rekonstruktion und Beschreibung der Typen als Prozesse wird noch einige Zeit in Anspruch nehmen, ist jedoch außerordentlich faszinierend, da sie neue und tiefere Einsichten ermöglicht. Eine davon sei hier angetönt: Hameed Almaas beschreibt in seinem Buch über die Heiligen Ideen des Enneagramms, was im Prozess der Inkarnation an Station 6, wo die Psyche erstmals der Angst begegnet und einen Teil ihres Ur-Vertrauens verliert, passiert: Er beschreibt je 9 verschiedene Angsterfahrungen (spezifische Schwierigkeiten), entsprechende Reaktionen darauf sowie ‚Verblendungen‘ der Wirklichkeit als deren Folge.³ Die Erstreaktion auf die existenzielle Angst ist nichts anderes als eine Schonhaltung. Mit ihrer Hilfe wird diese schlimme Erfahrung bewältigt, und vor allem eine Disposition errichtet, um ihr in Zukunft nicht nochmals zu begegnen. Almaas beschreibt damit den Kristallisationskern, um den herum sich schließlich die ganze Persönlichkeit als Enneagramm-Typ herausbildet: Die ‚spezifische Reaktion‘ ist zwar ein Schutz, jedoch zugleich eine falsche Lösung des Problems, die nur in der Wiederaufnahme der an dieser Stelle verlorenen Beziehung zur Einheit (Gott) liegen kann. Die erste Schutzhaltung ist also nur eine Verschlimmbesserung: sie zwingt zu einer zweiten, dritten und vierten Folgereaktion, ein ganzer Domino-Effekt entsteht, bis der ganze Typ ausgebildet ist, der immer größere Teile des gesamten lebendigen Systems in seinen Griff bekommt. Das volle Leben wird dadurch mehr oder weniger beträchtlich eingeschränkt, mit entsprechenden Kurz- und Langzeitschäden, für sich selbst und die Umwelt. Dies genau so, wie wir aus der Medizin Spätfolgen von Schonhaltungen kennen, bis schließlich eine Krankheit oder eine chronische Schädigung an einem durch die Folgen geschwächten Ort des Körpers auftritt. Die von Naranjo beschriebenen ‚Seins-Verdunkelung‘ jedes Typs ist nicht einfach ein plötzlicher Zustand. Die Entstehung und die Aufrechterhaltung dieser Verdunkelung ist ein Prozess, ein andauernder Prozess. Der ganze Aufbau der Persönlichkeit ist ein interaktiver Prozess auf allen Ebenen, die miteinander verbunden sind. In Stichworten wiedergegeben: Herausbildung und Entwicklung (bzw. eben: Beeinträchtigung) der 3 Basis-Instinkte, woraus ein Ungleichgewicht im Gebrauch der 3 Zentren und die Subtypen-Disposition entsteht, Entwicklung der emotionalen Dispositionen (Orga-

nisation der sog. ‚Leidenschaften‘ bzw. ‚Wurzelsünden‘) und schließlich die Ausformung der mentalen Fixierungen (Denk- und Wahrnehmungsfiler, neuronale Programme). Entwicklungspsychologisch geschieht das sowohl nacheinander als auch zugleich, in gegenseitig sich rückwirkend beeinflussenden Wechselwirkungen, also in wechselseitig sich unterstützenden Vertiefungs- und Verfestigungsprozessen. Schließlich ist davon sogar die Körperkonstitution eines Menschen mitgeprägt, wie wir seit Wilhelm Reichs ‚Charakterpanzer‘ wissen: Die ‚schizoide‘ Körperstruktur z.B. eines Typs 5 ist eine sehr andere Manifestation als die ‚weiblich-psychopathische‘ Körperstruktur z.B. eines Typs 2.

Der Typ – eine permanente Kreation

Insgesamt haben wir mit der ausgebildeten Persönlichkeit einen ziemlich statischen Zustand vor uns, der jedoch von Moment zu Moment kreiert wird. Durch komplex miteinander verbundenen Prozesse, die zum größten Teil aus Gewohnheiten bestehen. Man sieht, wohin dieser Wahrnehmungsansatz führt: alle 9 Typen müssten umgeschrieben werden, als dynamische Vorgänge, welche statische Zustände kreieren. Insgesamt müsste die ganze Bewegung: die Formation des Typs und die Transformation des Typs, auf diese Weise beschrieben werden. Und dies für alle 9 Typen bzw. 27 Subtypen. Ein noch langer Weg, bis es so weit ist. (Unser Projekt, Typen- und Prozessmodell auf diese Weise miteinander zu verbinden, bezeichnen wir als ‚Das Integrative Enneagramm‘).

Die statischen Zustände können sehr resistent sein, wie Maria-Anne Gallen beschreibt. Sie sind uns zur zweiten Natur geworden, wir definieren uns durch sie. Und es bedarf meist langwieriger Arbeit, die – letztlich aus einem ungelösten spirituellen Problem – entstandene Persönlichkeit vom angeborenen individuellen Wesenskern zu unterscheiden. Auch ich bin diesbezüglich bescheidener geworden. Gewisse Identifikationen, die eigentlich loszulassen wären, sitzen sehr tief. Sie stabilisieren Zustände, die ohne sie heftig ins Wanken kommen würden, ja ganze Lebenskonzepte zum Einsturz brächten. Das von Gottfried Fuhrmann als Missbrauch Empfundene „Wieder mal typisch 1!“ oder „Ganz klar: Typ 4“, trifft jedoch oft genug den Nagel ziemlich auf den Kopf. Die Grenze zum Missbrauch ist schmal (darüber wäre länger zu schreiben). Aber in flagranti von jemandem konfrontiert zu werden mit meiner Mechanik (oder Schublade), hat mich oft geweckt, und mir etwas sichtbar gemacht, das ich mit meinen blinden Flecken selbst nicht hinreichend erkennen konnte.

Das Typenmodell – eine narzisstische Kränkung

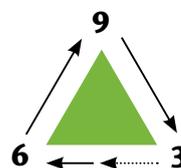
Insofern beinhaltet das Typenmodell in sich selbst zwangsläufig eine Kränkung: Es zeigt mir, wie viel meines Wahrnehmens und Verhaltens nicht frei, spontan und ganz ist, sondern programmiert, begrenzt und behindert. Diese Kränkung ist nach unserer Erfahrung ein wichtiger Grund, dass sich Menschen gegen dieses Modell insgesamt wehren, sich in keinem der 9 Typen (ganz) erkennen können/wollen, oder sich mit einem Typ, der ihrem Ich-Ideal am nächsten kommt, identifizieren, anstatt mit ihrem real existierenden Enneagramm-Typ. Im letzteren Fall vertieft

sich dadurch die eigene Blindheit, anstatt dass diese durch Wahrheit über sich aufgehellt wird, ein etwas tragischer – weil unbewusster – Missbrauch des Enneagramms: man wähnt sich dabei ja als erwacht, da man jetzt mit dem Enneagramm an sich selbst arbeitet. In Tat und Wahrheit sind jedoch dadurch zentrale Kernpunkte der eigenen Persönlichkeit tiefer ins Unbewusste verdrängt worden. Mit einem Typ oder einem typischen Verhaltensmuster konfrontiert zu werden, ist in der Regel eine Beleidigung des Egos. Uns damit zu verschonen, bringt uns jedoch nicht weiter. Das ‚Wie‘ – wie das gesagt wird, und aus welchen Motiven heraus – ist hier entscheidend. Und natürlich kann der Prozess, zu erkennen, mit was man sich identifiziert hat, auch dazu beitragen, diese Identifikation zu vertiefen. Die Variante: „So bin ich halt!“ ist noch die einfachste davon. Im Kern geht es ja bei der Persönlichkeitsentwicklung mit dem Enneagramm darum, sich von verfestigten Identifikationen wieder zu lösen, zu des-identifizieren. Wobei wir nun bei den zentralen Fragen sind, die Maria-Anne Gallen in ihrem Beitrag in den Raum stellt: „Ist eine grundlegende Veränderung der eigenen Persönlichkeit möglich? Was bedeutet eigentlich der vielbenutzte Begriff ‚Erlösung‘? Gibt es wirklich so etwas wie eine ‚metanoia‘ (Umkehr) im Zusammenhang mit Persönlichkeitsmustern?“

Transformation des Typs möglich?

An diese Stelle ist nun nach dem ‚Hinweg‘ in den Typ auch der ‚Rückweg‘ aus dem Typ, der Weg in die Freiheit, zu skizzieren:

Die **Transformation der Persönlichkeit** wird im Prozess



des Dreiecks im Uhrzeigersinn aufgezeigt: Ausgangspunkt ist die Selbstvergessenheit an Punkt 9, in welcher der ausgebildete Typ auf seinem Hinweg gelandet ist. Als erstes sind von hier aus die Identifikationen zu erkennen: Einzelne Muster werden

bewusst, und nach und nach die Struktur ihrer Zusammenhänge (im Enneagramm betrachtet: Beobachtung/Erforschung des Typs, der Subtypen-Mischung, der darunterliegenden unbewussten ‚Abwehrmechanismen‘, etc.). Mit diesen Einsichten über sich selbst an Punkt 3 (Ort der Identifikation) angelangt, ist es jedoch noch nicht getan. Die – weitaus schwierigeren – Schritte der konkreten Des-Identifikation stehen an: alte Gewohnheiten zu (unter-)lassen, und aus der neu gewonnenen Freiheit heraus neue Verhaltensmöglichkeiten zu finden und im Alltag dann auch anzuwenden! Um diesen Schritt zu vollziehen, muss eine hinreichende Motivationsbasis da sein bzw. heranwachsen. Insbesondere gehört dazu, nicht nur den ‚Gewinn‘ eines Musters zu erkennen, sondern dem ‚Preis‘, den andere und ich selbst dafür bezahlen, ehrlich in die Augen zu schauen – und diesen auch in seinem vollen Ausmaß zu fühlen. Bis ich mit dem Muster auch dessen Gewinn loszulassen bereit bin, muss auf der andern Waagschale genügend Gewicht sein. Dieser Erkenntnisprozess, der zugleich ein Einfühlungsprozess ist, braucht oft Zeit; und neutrale methodische Anleitung von außen. Ohne ein eige-

nes Erschrecken darüber, was die eigenen Muster anrichten können, geschieht oft nichts damit, bleiben diese sozusagen ‚Kavaliersdelikte‘. Der Weg von Punkt 3 zurück zur Einheit (mit Gott und mit sich als seinem eigenen Wesenskern) geht jedoch nochmals über die Station an Punkt 6: die Angst. Es muss hinreichend Vertrauen nachwachsen, um vertraute Gewohnheiten (und deren Gewinn) loszulassen und Neues, Ungewohntes zu wagen, d. h. den geforderten Preis für die Opferung des Gewinns eines Musters zu bezahlen. Immerhin geht man dabei das Risiko ein, ohne den Schutz des Typs und damit in Verwundbarkeit mit altem Schmerz konfrontiert zu werden. An dieser Stelle ist oft fachlich kompetente psychologische oder gar therapeutische Unterstützung angesagt, um den Schritt über diesen Graben zu schaffen, d. h. die anstehenden Knöpfe zu lösen.⁴ Der alte Schmerz muss sozusagen ‚geöffnet‘ werden, damit Heilung und Wachstum – und dazu gehört auch die Mobilisierung neuer Ressourcen – geschehen kann. An diesem Ort geschieht auch die Versöhnung mit der eigenen Geschichte, auch Vergebung und Selbstvergebung. An Punkt 6 angelangt, wird an dieser Stelle auf neue Weise – und zum Teil erstmals! – Selbstverantwortung möglich und eingeübt. Dazu gehört im Kern, den Kontakt mit der Inneren Führung, die auf dem Hinweg an Punkt 6 verloren ging, auf dem Rückweg zur Einheit (Punkt 9) zu

klären, neu aufzubauen, zu vertiefen und im Hinblick auf den Stress des Alltags auch zu festigen, um nicht wieder daraus herauszufallen. Schon diese Wegstrecke von Punkt 6 zu Punkt 9 ist ein veritabler Prozess für sich, im Kern ein Prozess der ‚re-ligio‘: des sich wieder mit sich und dem Ursprung Verbindens.

Was ist mit hartnäckigen Mustern?

An dieser Stelle ist nun festzustellen, dass es auch Muster und Prägungen gibt, die sich nicht leicht auflösen lassen oder gar nicht, sondern – evtl. sogar ein Leben lang – bleiben, obschon wir immer die Hoffnung haben dürfen, dass noch zu später Stunde Veränderungen möglich sind, und seien es nur kleine Schritte. Ich bin in diesem Fall aufgefordert, für verbleibende Muster ebenfalls Verantwortung zu übernehmen: Versuchungen zu erkennen und ihnen entsprechend zu begegnen sowie die Wirkungen, die von meinen Mustern ausgehen, künftig zu beachten und die Verantwortung für diese Folgen voll zu übernehmen. Auch dies ist ein nicht einfacher Prozess, da lange Zeit für allerlei Unbill, die ich in die Welt setze, auch andere ‚mitverantwortlich‘ gemacht werden, die mir als Entschuldigung und Verharmlosung meiner selbst dienen. Es gilt hier, jegliche Projektionen zurückzunehmen und nichts Eigenes zu verdrängen. Bei hartnäckigen Mustern, die sich (bisher)



nicht verändern ließen, bin ich also aufgefordert, angemessene flankierende Maßnahmen zu finden und diese sowohl präventiv wie akut anzuwenden, um deren Schaden für mich und Andere in Grenzen zu halten. (Muster sind selten nur ‚negativ‘, sondern haben oft auch ‚positive‘ Seiten und Effekte. An dieser Stelle geht es nur um die Negativität und deren Nebenwirkungen.)⁵

Auf diesem Weg – der natürlich nicht als einmaliger Prozess durchlaufen wird! –, kann man oberflächlicher oder auch tiefer seine Muster erkennen, lösen und als erwachsener Mensch Verantwortung dafür zu übernehmen, sofern und solange sich diese als hartnäckig erweisen. Wieder angelangt an Punkt 9, ist ein Zyklus abgeschlossen. Zu einem vollen Zyklus gehört: dass ein Muster erkannt, losgelassen und durch neue Verhaltensweisen ersetzt ist, die auch den Stresstest des Alltags bestanden haben – oder flankierende Maßnahmen zu hartnäckigen Mustern installiert und im Alltag auch angewendet werden. Dass diese Lösungen oft erst Anfänge, Kompromisse oder Teillösungen darstellen, ist die Regel. In aller Regel gehören also viele Zyklen und viele Schritte dazu, bis ein Muster einigermaßen vollständig ausgeräumt ist und auch alle Ersatzstrategien, die sich an deren Stelle nochmals installieren, ‚transformiert‘ sind. Auch dazu wäre noch Einiges auszuführen.

Was hier – in beiden Drehrichtungen der Prozesse im Dreieck – beschrieben wurde, kann so zusammengefasst werden: Beide Prozesse werden mehrfach, vielfach, ja permanent durchlaufen. Ein Muster hat in der Regel einige Schichten, die ‚abzutragen‘ sind. Rückfälle bedeuten oft, dass ansteht, in einem weiteren Prozess tiefer zu gehen. Zweitens: Beide Prozesse laufen gleichzeitig ab, zum Teil bewusst, zu einem großen Teil unbewusst. Es ist Aufgabe und Funktion des Inneren Beobachters, immer klarer zu erkennen, in welchen Prozessen – und darin an welcher Stelle – man sich im Hier und Jetzt gerade befindet, und für welche Prozesse (Gegenuhrzeiger- oder Uhrzeigersinn) man sich bewusst entscheidet. Sozusagen ‚in flagranti‘ im Moment des Jetzt. Dies braucht viel Übung und Wachheit: lange erkennt man die Dinge erst im Nachhinein, kommt also zu spät, um hier bewusst zu steuern.

Transformation: Geschenk und Arbeit

Dass Transformation geschieht, ist jedes Mal ein Geschenk. Vor allem, wenn diese tiefer geht. Nur wenige Menschen sind bereit, freiwillig tiefer zu gehen, wenn es ans sogenannte ‚Eingemachte‘ geht. Das Leben selbst ist hier der zentrale Lehrmeister, der zu Reifungsschritten einlädt. Jedoch können auch Chancen, die Lebenskrisen uns anbieten, ungenutzt verstreichen. Was von dieser Sicht auf das Enneagramms jedoch klar wird: die Enneagramm-Typen sind keine neutrale Psychologie, auch nicht zu vergleichen mit anderen Typologien, die es in diesem Felde gibt. Das Enneagramm ist, nebst einer ausgezeichneten psychologischen Persönlichkeitsbeschreibung, im Kern ein spirituelles Modell: es zeigt, dass die Persönlichkeit ein Lösungsversuch auf ein eigentlich spirituelles Problem darstellt. Und, weil dieser Lösungsversuch diesbezüglich eine Verschlimmbesserung mit nachhaltigen Folgen ist, eigentlich eine ‚Krankheit zum Tode‘ (Kierkegaard). Auch





christliche Kreise scheinen mir diese Potenz des Enneagramms, welches immerhin von ‚Wurzelsünden‘ spricht, oft zu verharmlosen. Es sind vor allem buddhistische und sufistische Ansätze, die mir bewusst gemacht haben, wie gravierend die ‚Getrennte Ich-Identität‘, die wir mit unserer Persönlichkeit aufbauen und mit der wir durchs Leben gehen, uns vom Leben, voneinander und im Kern von unserer göttlichen Quelle trennt. Die Bibel nennt das Sünde, und da niemand in einer heilen Welt auf die Welt kommt, kennt sie diese als ‚Erbsünde‘, die wir – seit Generationen und notgedrungen – in unsere Persönlichkeitsstrukturen mit integriert haben. Und damit auch künftigen Generationen weiterreichen. Musterarbeit im obigen Sinn ist deshalb zugleich Friedensarbeit, die weit über mich als Individuum hinaus für das ganze Kollektiv eine große Bedeutung hat. Gerade im christlichen Milieu scheint mir oft das umfangreiche psychologische Potenzial des Enneagramms in seiner theologischen Bedeutung bei weitem nicht ausgeschöpft. Etwa, um die Abwehrmechanismen als Beispiel zu nehmen: Sie waren in unseren frühen Kindheitstagen ein überlebensnotwendiger Schutz, eine Schonhaltung. Im Erwachsenenalter sind sie jedoch in 9 von 10 Fällen nur noch kontraproduktiv: sie täuschen – uns selbst und anderen – eine falsche Wirklichkeit vor und sorgen oft genug in paradoxer Weise dafür, dass das mit ihrer Hilfe zu Vermeidende erst recht kriert wird, und daraus permanent viel Missverständnis, Unheil, Konflikt und schließlich Zerwürfnis in die Welt gesetzt wird. In vielen Fällen schützen sie kurzfristig vor unangenehmen Gefühlen, haben uns jedoch gerade dadurch – und alle Typen – zu partiell fühllosen Wesen gemacht.⁶ Das Durcharbeiten der Muster bis auf deren Grund (Almaas), das Heilen und Erziehen der deformierten Instinkte (Almaas: animal soul, Pierrakos: Niederes Selbst), welche unserem Subtypen-Verhalten zugrunde liegen, ist oft mühsame und langwierige Kleinarbeit. Es macht uns jedoch wieder zu fühlenden Wesen. So werden wir auch wieder zu Mitgefühl fähig – erst so jedoch spüren wir auch das volle Ausmaß der destruktiven Wirkungen unserer Muster, was wiederum die Motivation fördert, Dinge in und an uns zu verändern. Allerdings werden wir auf diesem Weg auch wieder verwundbarer, sei dies im Hinblick auf alte Wunden, die in dieser Offenheit leichter ‚angetriggert‘ werden können (jedoch, indem sie so ans Tageslicht kommen, endlich auch Heilung erfahren können!), oder sei dies im Hinblick auf neue Verwundungen, denen wir jedoch als erwachsene Menschen jetzt anders begegnen können als damals in unserer frühen Kindheit. Ich wünschte mir, dass gerade in christlichen Kreisen die sorgfältige (tiefen-) psychologische Arbeit an den eigenen Mustern ernster genommen, und in ihrem Stellenwert als spirituelle Arbeit gesehen und entsprechend gewichtet wird.

Spiritualität ohne Psychologie: Achtung Gefahr!

Maria-Anne Gallen weist auf das hervorragende Buch von Jack Kornfield hin, das ich allen Enneagrammlehrenden als Pflichtlektüre empfehlen möchte.⁷ Kornfield beschreibt darin die Gefahr, eigene Muster spirituell zu überhöhen anstatt diese psychologisch zu klären. Was diese dadurch erst richtig gefährlich macht, kommen sie nun doch mit

einem Heiligenschein daher! Er beschreibt, welche Formen die drei Instinkte (Subtypen) annehmen, wenn sie nicht gereinigt, sondern übergangen oder unterdrückt werden (was auch im Christentum lange geschah). Und was dann mit den drei Bereichen Geld, Sexualität und Macht/Prestige geschieht – und weshalb viele spirituelle Führer (von Frauen ist hier weniger bekannt) in einem der drei Bereiche unglaublich sind und gar korrupt werden. Jeder Einzelne steht in derselben Gefahr. Aus diesem Grund wartet Claudio Naranjo mit der direkt spirituellen Arbeit, und hat man sich als Enneagrammschüler bei ihm zuerst mit einer ausführlichen Proto-Analyse: dem gründlichen Durcharbeiten der eigenen Mustergeschichten zu befassen. Ohne diese bodennahe Arbeit kommt es zu einer abgehobenen (Schein-)Spiritualität, welche – um es ziemlich drastisch auf den Punkt zu bringen – bloß ‚Sahne auf die Scheiße tischt‘, anstatt die darunterliegende ‚Scheiße‘ auszuräumen. Solche psychologische Arbeit an sich selbst ist spirituelle Arbeit. Sie ist Umkehr, Schritt für Schritt konkrete Metanoia. Dass sie gelingt, ist ein Geschenk. Was wir selbst beitragen können ist, „dem Ego ein Stück Sterbehilfe zu leisten dabei“ (Naranjo).

Erlösung und Heiligung

Im christlichen Bereich wäre zu den Fragen von Maria-Anne Gallen theologisch an Folgendes zu erinnern: sofern mit ‚Erlösung‘ das Heil des Menschen gemeint ist, hat dies mit dem Enneagramm nichts zu tun: Gottes Liebe ist ein Geschenk an uns, wir müssen nichts dazu beitragen, um von ihm geliebt zu werden. Sie ist immer da, wo auch immer wir in den Prozessen unseres Lebens (und des Enneagramms) stehen. Es ist bloß die Frage, ob auch wir ‚Da‘ sind. Erlösung meint jedoch auch Anderes: Befreiung aus Zwängen, vor allem dem Zwang, die eigene Selbstbehauptung auf Kosten Anderer zu realisieren. Und hier sind wir wieder mitten in der Enneagramm-Arbeit: um diese Freiheit geht es im Kern. Wie hier eigene Leistung und Geschenk zusammenspielen, wurde oben skizziert: im Kern ist solche Erlösung aus Prägung ebenfalls Geschenk; der eigene Beitrag besteht darin, sich ihm zu öffnen, es anzunehmen und mit dem eigenen Leben zu verwirklichen. Beides ist ineinander verwoben: wie tief wir diese Erlösung beanspruchen und anstreben, ist unsere Entscheidung – auf diese werden wir jedoch schrittweise hingeführt. Und hier – an dieser Stelle – setzt nun ein anderer Begriff aus der christlichen Tradition ein, die ‚Heiligung‘: Es geht hierbei nicht darum, einen Beitrag an die Erlösung zum ewigen Heil zu schaffen, jedoch darum, auf das Geschenk des Lebens und des Heils, d. h. auf die Liebe Gottes mit dem eigenen Leben zu antworten. Und mit dem eigenen Leben etwas vom Willen Gottes für diese Schöpfung auszudrücken, ja zu manifestieren. Wie tief wir danach streben, ein solcher Kanal für Gottes Licht in dieser Welt zu sein und zu werden, hängt wiederum von uns selber ab. In der Regel nehmen wir nur einen Bruchteil der uns geschenkten Liebe in Anspruch und leben nicht annähernd die Radikalität, wie sie uns gegeben ist.⁸ Hier öffnet sich ein weites Feld, die eigene Persönlichkeit in solchen Dienst zu stellen. Persönlichkeit und Typ sind dabei zugleich

beides: Instrument und Behinderung. Behinderung genau dort, wo überall sie als Krücke das an dieser Stelle fehlende Vertrauen in Gott ersetzt. Wo immer noch die Angst statt die Liebe in unserem Leben das Zepter führt. Kein anderes Modell als das Enneagramm kann uns derart exakt und subtil spiegeln, wo wir diesbezüglich stehen auf diesem Weg mit Gott.

Auf die Arbeit mit dem Enneagramm übertragen, geht es insgesamt um weit mehr als nur auf seinen Enneagramm-Typ zu schauen, und dessen Hausaufgaben zu lösen. Es geht darum, sich im ganzen Seelenspiegel, den das Enneagramm mit den 9 Grundstrukturen erfasst zu erkennen – und die Fixierungen, mit denen wir uns identifiziert haben, zu Gunsten eines Größeren, das damit überdeckt wurde, zu öffnen. Das Enneagramm konkretisiert die Vision, dem Ruf ‚Dein Wille geschehe, im Himmel so auf Erden‘ mit dem eigenen Leben immer tiefer zu antworten. Insofern unterstützen sich die beiden Wege bzw. Prozesse: der menschliche der ‚Heiligung‘ und der göttliche der ‚Erlösung‘. Je tiefer ich die Liebe Gottes annehme (Selbstliebe) und ausdrücke (Nächstenliebe), desto tiefer können sich auch meine Abgründe zeigen: werden mir immer vollständiger die ins Unbewusste verdrängten unangenehmen Wahrheiten über mich bewusst, und können dadurch erlöst werden, durchlichtet. Und desto tiefer wiederum zeigt sich auch das wunderbare, in mir angelegte Potenzial: mein angeborenes und – nun gereinigt – auch dasjenige, das im Umgang mit meinen Verletzungen, d. h. aus meinen Mustern und deren Transformation gewachsen ist. Vergessene und abgestorbene Zonen des Seins werden immer umfassender und tiefer neu besiedelt, neu belebt. Diese ‚Wiedergeburt‘ dient letztlich der ‚Geburt Gottes in unserer Seele‘, wie es die Mystiker aller Zeiten und Religionen ausdrücken.⁹ Sie ist ein hoffentlich lebenslang sich vertiefender Prozess, „der wohl bis zum letzten Atemzug dauern wird“, wie Gotthard Fuhrmann treffend schreibt.

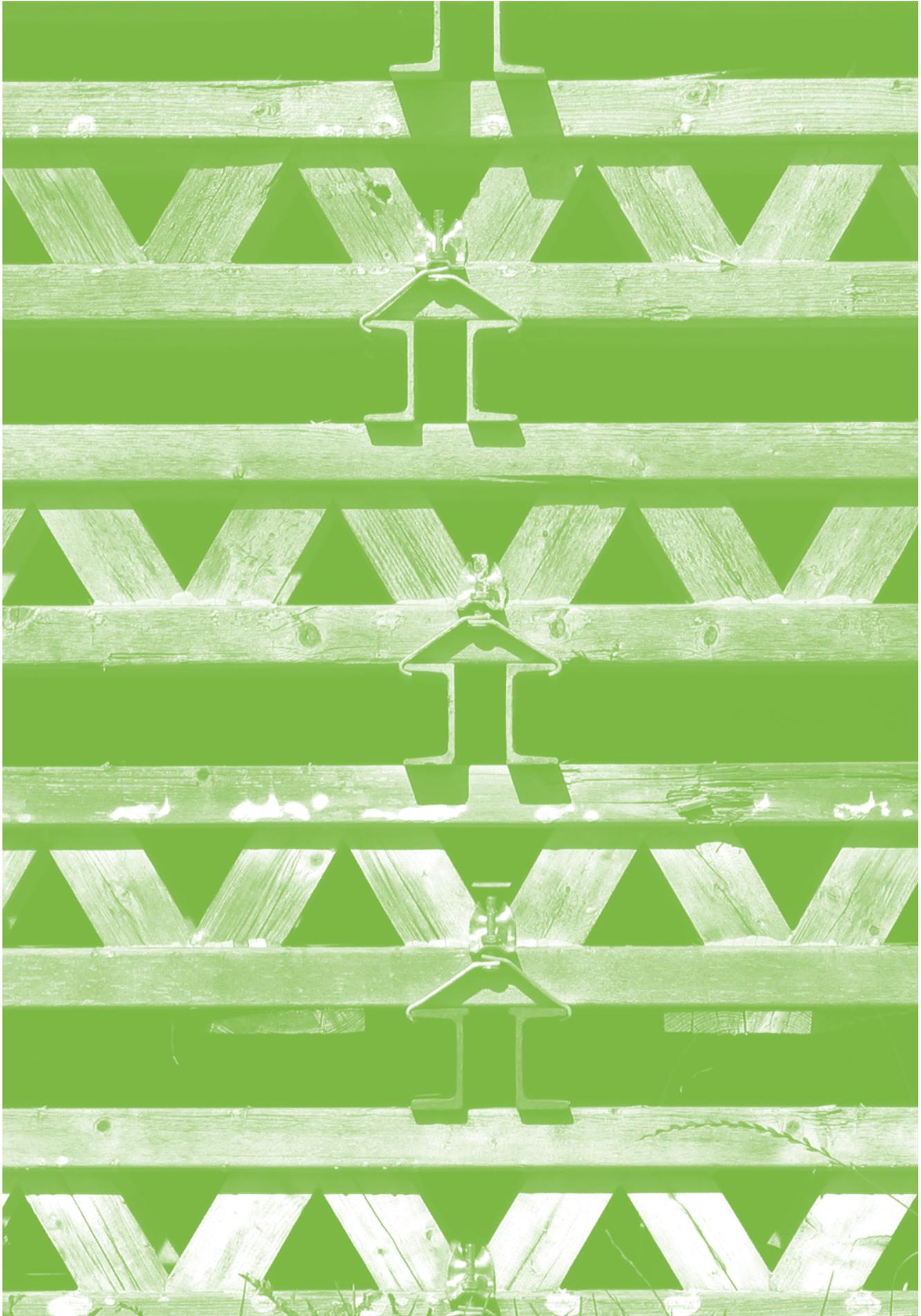
Prozesse der Wandlung

Es ist ein langer Weg, bis auf diese Weise immer klarer

- aus dem unerbittlich-rigiden Perfektionisten ein ‚Pionier‘,
- aus der manipulierenden Geberin eine ‚Sucherin‘,
- aus dem beifallsüchtigen Macher ein ‚Erbauer‘,
- aus der unglücklich-ausgestoßenen Individualistin eine ‚Erzählerin‘,
- aus dem von Leben abgeschnittenen Beobachter ein ‚Öffner‘,
- aus der misstrauischen Skeptikerin eine ‚Gärtnerin‘,
- aus dem sprunghaft-dreisten Optimierer ein ‚Überwinder‘,
- aus der überfahrenden Kämpferin eine ‚Erbarmerin‘,
- und aus dem träg-selbstvergessen Wartenden ein ‚Erschaffer‘ geworden ist,

um die Titel der transformierten Typen von Ingrid und Kurt Bauer als Gegenpole zu den fixierten Typen aufzuführen.

Theologisch und psychologisch ist diese Auslegeordnung nur eine Skizze, die vieles antönt, das gründlicher ausge-



leuchtet werden müsste. Ich halte Transformation, auch Tiefen-Transformation für möglich. Nicht machbar, aber als Ziel unbedingt erstrebenswert, insbesondere für engagierte Christinnen und Christen. So hat sich mein Verständnis von Transformation sehr verändert, seit ich das Enneagramm kenne. Einerseits bin auch ich bescheidener, und vor allem bezüglich mir selber realistischer geworden. Wenn kleine Schritte auf diesem Weg gelingen, dafür nachhaltig, ist das jedes Mal viel wert. Maria-Anne Gallen endet ihren Artikel mit der Einsicht, dass das ehemalige Gefängnis der Persönlichkeit nun durch diese Arbeit mit Bewusstsein bewohnt wird, und damit aufhört, ein Gefängnis zu sein. Der von ihr zitierte Jack Kornfield beschreibt diese Wahrheit mit einem schönen Bild: „Früher lebte ich mit meiner Persönlichkeit in einer engen Garage, heute in einer großen Halle“. Andererseits denke ich – auch gerade mit diesem Bild – heute größer über die Möglichkeiten und vor allem auch über die Wirkungen echter Transformation. Was mir manchmal etwas zu denken gibt ist, dass Christinnen und Christen nicht mehr so recht daran zu glauben scheinen. Und auch mit dem Enneagramm in der Hand sich damit begnügen, bloß an der Oberfläche ihren Typ etwas zu polieren. Es steckt mehr drin, und es geht um mehr! Die Typen der Persönlichkeit sind nicht einfach Fehlkonstruktionen, die zu beseitigen sind. Sie sind jedoch unfertig, im Wachstum (stecken geblieben), und bedürfen der Ergänzung und Entwicklung. Wofür vor allem das Leben selber sorgt. Mit dem Enneagramm im Kopf und in der Hand können wir da und dort sehen, wo unser Lebensprozess gerade steckt und einen gezielten Anstoß braucht, und wie wir den in unser Leben integrieren können.

„Vater-Unser“ und Prozessmodell

Das Verstehen der Prozesse, die in der Figur des Enneagramm-Dreiecks gefasst sind, erfolgte schrittweise. Ich schließe mit einem Ausblick: als ich anfang, das Unser-Vater-Gebet in dieser Dreiecks-Figur abschreitend zu beten, wurde mir bald klar, dass diese Figur auch ein wichtiger Schlüssel ist, die Logik der 3 mal 3 Bitten und Aussagen dieses zentralen Gebets auf ganz neue Weise zu verstehen: Die Berufung des Menschen in den ersten 3 Bitten, die dieser auf seinem Hinweg in die Welt (Gegenuhrzeigersinn) jedoch vergisst. Der Rückweg (Umkehr) mit den nächsten 3 Bitten durch die 3 Stationen im Uhrzeigersinn, und was dabei konkret ansteht: Brot, Vergebung, Erlösung vom Bösen. Um, wieder angelangt beim Ausgangspunkt 9, nochmals von Neuem geboren zu werden; und den Weg in diese Welt nochmals anders anzutreten bzw. anders weiter zu gehen im Leben (wieder Gegenuhrzeigersinn). Und auf diese Weise den letzten 3 Aussagen (Gottes Reich, Kraft und Herrlichkeit) mit dem eigenen Leben zu dienen – und auf diese Weise sein eigenes Selbst zu verwirklichen. Als Weg einer lebenslang sich vertiefenden Umkehr zu Gott und Hinkehr zur eigenen göttlichen Berufung, im jeweiligen Kairos des Jetzt. Die große Perspektive solch tiefer Transformation blitzt im Zitat auf, das diesen Beitrag abschließen soll:

„Nur wenige Menschen wissen was Gott mit ihnen machen würde, wenn sie sich vorbehaltlos seiner Führung überließe.“

(Ignatius von Loyola)

- 1 Thomas S. Kuhn hat in „Die Struktur wissenschaftlicher Revolutionen“ aufgezeigt, dass nicht rationale Einsicht, sondern erst das Aussterben der alten Garde einem neuen Paradigma zum Durchbruch verhilft.
- 2 So die drastische Bezeichnung Gurdjieffs für diesen Zustand im unbewussten ‚Schlaf‘ der Gewohnheiten.
- 3 Die Angst ist – nebst der Tatsache, dass sie die Hauptleidenschaft von Typ 6 geworden ist – ein Grundexistenzial an der Wurzel aller 9 Typen: Jeder Typ muss sich mit allen 9 Leidenschaften (Rohr: ‚Wurzelsünden‘) befassen. Die Hauptleidenschaft des eigenen Typs hat vor allem die Funktion, die andern 8 in Schach zu halten, und damit auch unbewusst. Sobald die Hauptleidenschaft hinreichend bewusst und bearbeitet ist, kommen die anderen Leidenschaften ans Tageslicht, bei den verschiedenen Typen und Subtypen jedoch verschieden geschichtet. Zuerst – an der existenziellen Basis – ist jedoch bei jedem Typ die ihm gemäße Form dieser Ur-Angst zu finden, zu welcher der eigene Enneagramm-Typ die Antwort geworden ist. (Angst ist hierbei die größte Polarität zur Liebe.)
- 4 Der Punkt 6 im Dreieck entspricht im 9er-Prozessmodell dem Hiatus zwischen den Punkten 4 und 5, der Abgrund des Enneagramms.
- 5 An diese Stelle gehört der geniale Satz von Anselm Grün: „Was du nicht verdrängst, musst du nicht projizieren“ sowie der Hinweis auf die spirituelle Schule von Eva Pierrakos, die zwar nicht auf dem Enneagramm basiert, aber der Arbeit mit dem eigenen Bösen große – und methodisch sehr differenzierte – Aufmerksamkeit schenkt. Exzerpte dazu sind auf unserer Website zu finden.
- 6 Die zentrale Bedeutung dieses Vorgangs – vor allem im Hinblick auf das damit entstehende ‚Böse‘ – und wie die konkrete Arbeit aussieht, wieder zu fühlenden Wesen zu werden – indem Abwehrmechanismen abgebaut werden – ist in Eva Pierrakos ‚Pfadarbeit‘ in großer Klarheit ausgearbeitet.
- 7 Der Titel ‚Das Tor des Erwachens‘ wurde in der Neuauflage inzwischen dem englischen Original angenähert und lautet: ‚Nach der Erleuchtung Wäsche waschen und Kartoffeln schälen: Wie spirituelle Erfahrung das Leben verändert‘.
- 8 So etwa der katholische Theologe Eugen Biser, der für die Enneagrammarbeit noch zu entdecken wäre, erinnert er doch daran und führt auch konkret aus, inwiefern die christliche Religion nicht eine moralische, sondern eine therapeutische Religion ist. Nebst seiner großen ‚Einweisung ins Christentum‘ verweise ich auf seinen Vortrag ‚Der Mensch unter dem Anspruch des bedingungslos liebenden Gottes‘, als Download auf www.enneagramm.ch zu finden.
- 9 Ein schöner Text, der die Balance von Bewusstsein (Wahrheit) und Selbstannahme (Liebe) beschreibt, ist die 3. Enzyklika ‚caritas in veritate: Zur ganzheitlichen Entwicklung des Menschen in Liebe und Wahrheit‘ von Papst Benedikt XVI. Diese Sozial-Enzyklika ist m. E. ein großes Geschenk einer spirituellen Fünf an unsere Zeit. (Die ‚transformierte Fünf‘ zeigt sich insbesondere an denjenigen Stellen, in welchen Benedikt ausführt, wie wir als Menschen nicht isolierte Individuen sind, sondern tief aufeinander bezogene soziale Wesen.)

