

Der Ennagrammtyp 7 – der Schlüssel zu meinem wahren Ich

Abschlussarbeit des 6. Aruna Aufbautrainings

Bastian Portenlänger

„Ein Zinnschmied war zu Unrecht ins das Gefängnis gesperrt worden und auf scheinbar wundersame Weise daraus wieder entkommen Jahre später wurde er gefragt, wie ihm die Flucht gelungen sei. Er erzählte: Seine Frau, eine Weberin, hatte den Bauplan seines Zellschlusses in einen Teppich eingewebt, auf dem er täglich fünf Mal seine Gebete verrichtete. Als er erkannte, dass das Muster im Teppich das Türschloss seiner Zelle darstellte, traf er mit den Gefängniswärtern eine Absprache. Sie sollten ihm Werkzeug besorgen und er würde kleine Kunstgegenstände herstellen, die sie mit Gewinn verkaufen könnten. Aber er benutzte das Werkzeug auch, um einen Schlüssel herzustellen, der ihm eines Tages die Flucht ermöglichte.“

Diese Parabel wurde von Idris Shah, einem Sufi-Lehrer erzählt und beschreibt die Situation, in der sich die meisten Menschen befinden. Sie sind eingeschlossen in einem Labyrinth von Ich-Strukturen und leben in ganz engen Vorstellungen von sich selbst und der Welt. (Maitri S. 13).

Wir Menschen sind allerdings wesentlich mehr als unsere Persönlichkeit. Wie kommt es aber dazu, dass wir uns so mit unserem Ego identifizieren?

Wir kommen mit natürlichen, angeborenen Bedürfnissen auf die Welt, die erfüllt werden müssen, damit wir uns zu reifen Menschen entwickeln. Unsere Eltern konnten jedoch selbst unter den günstigsten Umständen nicht all unseren Bedürfnissen nachkommen. (Riso/Hudson S. 49).

Die Grundbedürfnisse nach Riso (S 52) sind:

- Das Bedürfnis nach Integrität
- Das Bedürfnis nach Liebe
- Das Bedürfnis nach Anerkennung
- Das Bedürfnis nach Individualität
- Das Bedürfnis als kompetent zu gelten
- Das Bedürfnis nach Sicherheit
- Das Bedürfnis nach Glück
- Das Bedürfnis nach Schutz
- Das Bedürfnis nach Ungestörtheit

Das Kind braucht ein Gefühl von Gehaltensein, dem Gefühl, dass seine Grundbedürfnisse erfüllt werden. Eine gute haltende Umwelt braucht die menschliche Seele, um zu wachsen und sich zu dem zu entwickeln, was sie werden kann. Nimmt das Kind das Gehaltensein nicht mehr für selbstverständlich, beginnt es ängstlich zu werden und das Gefühl des Urvertrauens in die Realität zu verlieren (Almaas S. 65).

Die Ängste, die sich einstellen, wenn die Grundbedürfnisse nicht erfüllt werden sind:

Mangelnde Integrität – Angst, unvollkommen, unehrlich, schlecht oder böse zu sein
Mangelnde Liebe – Angst keine Liebe zu verdienen
Mangelnde Anerkennung – Angst, nutzlos oder ohne innere Werte zu sein
Mangelnde Individualität – Angst, unbedeutend zu sein
Mangelndes Gefühl von Kompetenz – Angst, unfähig und nutzlos zu sein
Mangelndes Gefühl von Sicherheit – Angst, ohne Anleitung oder Unterstützung zu sein
Mangelnde Glücksgefühle – Angst, ausgeschlossen zu sein oder im Schmerz versinken
Mangelndes Bedürfnis nach Schutz – Angst, von anderen verletzt oder beherrscht zu werden
Mangelnde Ungestörtheit – Angst vor Aufsplitterung

(Riso S 51)

Wenn die Bedürfnisse des Kindes nicht nachhaltig gestillt werden, wird das Kind versuchen, sich selbst, seine Eltern und/oder die Umwelt zu manipulieren, um den nötigen Halt herzustellen. Das Kind wird auf verschiedenste Weise versuchen, den Eltern zu gefallen, indem es Dinge für sie tut, sie unterhält oder seine eigenen Bedürfnisse versteckt. Andererseits könnte es versuchen sie von ihren Problemen abzulenken, Wutanfälle zu kriegen, um Aufmerksamkeit zu erhalten, oder sie sogar zu manipulieren oder zu belügen, um das Halten wiederzuerlangen (Almaas S 69)

Das Bild von uns selbst ist also in den ersten Lebensjahren entstanden als Reaktion auf unsere Begegnungen mit der Umwelt und den Menschen sowie in Verbindung mit unseren angeborenen Veranlagungen. Die innere und äußere Welt in der wir leben ist somit größtenteils ein Produkt unserer Vergangenheit. Diese heutige Welt mag einen anspruchsvolleren und zeitgemäßeren Anschein haben als die unserer frühen Kindheit, doch der Kern dessen, wofür wir uns halten, trägt verblüffender Weise die Züge unserer selbst im Alter von drei oder vier Jahren. (Maitri S. 14)

Das Fenster unserer Gefängniszelle ist mit Farbe verschmiert. Was wir als Realität ansehen, ist letztendlich nur ein Film, bestehend aus unseren Erfahrungen, der laufend auf dieses verschmierte Fenster projiziert wird. Die Wahrheit draußen ist eine andere. Um bei der Geschichte von Idris Shah zu bleiben, müssen wir uns als Gegenstück zu dem Gebetsteppich einen Plan suchen, der uns hilft, dem Gefängnis unserer Egostrukturen zu entkommen.

Ein solcher Plan kann das Enneagramm sein. Sandra Maitri schreibt dazu:

„Es gibt eine Anzahl psychologischer und spiritueller Landkarten, auf denen das Gebiet des Ego verzeichnet ist, aber ich kenne keine, die ähnlich mächtig und wirkungsvoll ist, wie das Enneagramm“

Das Enneagramm

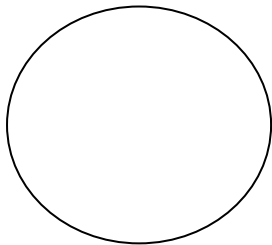
Das moderne Enneagramm der Persönlichkeiten ging aus vielen verschiedenen spirituellen und religiösen Traditionen hervor. Im Wesentlichen handelt es sich um eine Zusammenfassung des universellen Wissens, das über Jahrtausende hinweg angesammelt wurde. Und zu dem Buddhisten, Juden, Christen und Moslems gleichermaßen beigetragen haben.

Im Westen erschien das Enneagramm zu Beginn des 20. Jahrhunderts in den Lehren des armenischen Mystikers Gurdjeff. Das Enneagramm der Persönlichkeitsfixierungen stammt hauptsächlich von Claudio Naranjo, einem chilenischen Psychiater. Dieser hat sein Enneagramm-Wissen von dem südamerikanischen spirituellen Lehrer Oscar Ichazo gelernt. In seinem Buch „Ennea Type Structures“ macht Naranjo klar, dass die Persönlichkeitsmerkmale der neun Egotypen Ausdruck unseres Kontaktverlustes mit dem Sein, unserem essentiellen Wesen sind, und zeigt, dass der wahre Wert dieses Wissens darin liegt, uns dabei zu helfen, diesen Kontakt wieder herzustellen. (Almaas S. 22)

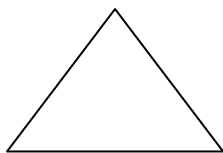
Ichazo lehrt in seiner ursprünglichen Theorie, dass uns von Geburt an alle heiligen Ideen des Seins zur Verfügung stehen, aber für eine von Ihnen sind wir besonders sensibilisiert. Was immer auch geschieht, hat Einfluss auf unsere Verbindung zu dieser Sichtweise, und indem wir eine Persönlichkeitsstruktur entwickeln, verlieren wir unweigerlich mehr oder weniger vollständig den Kontakt zu unserem essentiellen Wesen. Wenn wir den Kontakt zur Essenz verlieren, geht auch der Kontakt zu jener Wahrheit verloren, die von unserer heiligen Idee dargestellt wird. (Maitri S. 25)

Ennea kommt aus dem Griechischen und heißt „neun“ Das Enneagramm ist also ein Gebilde mit neun Punkten, welche die 9 heiligen Ideen repräsentieren.

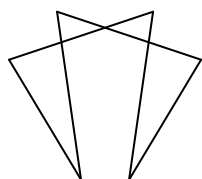
Die Grundstruktur besteht aus einem Kreis, der das Symbol für Einheit, Ganzheit und Gemeinsamkeit darstellt,



einem Dreieck (Gurdjeff spricht vom „Gesetz der Drei“, wonach alles Existierende das der Wechselwirkung dreier Kräfte ist), das für die Enneatypen 3-6-9 steht



und einem etwas seltsamen Sechseck (Zahlenfolge 1-4-2-8-5-7) . Diese Figur steht für permanente Veränderung



Durch die Kombination dieser 3 Elemente entsteht das Enneagramm. Dies ist ein Symbol, das uns die Ganzheit eines Sachverhalts zeigt (Kreis), wie seine Identität durch das Zusammenwirken dreier Kräfte zustande kommt (Dreieck) und wie seine zeitliche Entwicklung verläuft (Sechseck).

Der Wert des Enneagramms

Ich habe mich in meiner beruflichen Tätigkeit mit verschiedenen Typologien beschäftigt, die versuchen, die Andersartigkeit von Menschen zu klastern. Die aussagekräftigsten Profilinginstrumente basieren auf den Forschungen von C.G. Jung. Jung fand drei Kategorien heraus, in welchen sich Menschen grundlegend unterscheiden, die Haltung zur Umwelt (introvertiert vs. extrovertiert), die Entscheidungsfunktion (gefühllosorientiert vs. verstandesorientiert) und die Wahrnehmungsfunktion (sensorisch vs. intuitiv). Die beiden Amerikanerinnen Myers und Briggs haben auf der jung'schen Basis ihren Type-Indikator in den 60 er Jahren des letzten Jahrhunderts entwickelt. Millionen von Menschen unterzogen sich bisher diesem Test der den Unterscheidungsmerkmalen von Jung noch eine 4. Kategorie hinzufügt, in der es um die Sicherheit in der Entscheidungsfindung geht (angepasst s. urteilend).

In den letzten Jahren hat sich ein weiteres Instrument, das auf Jung basiert, auf dem Typologie-Markt durchgesetzt. Das „Insights-Modell“ des Schotten Andrew Lothian liefert auf der Basis eines 25 Fragen umfassenden Tests eine individuelle Beschreibung der Persönlichkeit.

Psychologen und Personalverantwortliche streiten sich regelmäßig über die Brauchbarkeit der verschiedenen Modelle und es gibt kaum eine psychologische Fakultät an den Universitäten dieser Welt, die sich nicht an das Thema Persönlichkeitsbestimmung herangemacht hätte.

Die eigentliche Schwachstelle all dieser Modelle, liegt aber darin begründet, dass sie lediglich die in Reaktion auf unsere Umwelt und unseren frühkindlichen Erfahrungen entwickelte Personality, unser Ego beschreiben. Das Enneagramm wird von vielen Kritikern ebenfalls auf eine Beschreibung unterschiedlicher Ego-Strukturen reduziert. Damit schneidet es im Vergleich zu den immer ausgefeilteren, softwareunterstützten Modellen schlecht ab.

Was das Enneagramm von den anderen Typologien unterscheidet ist die Verbindung zum wahren Wesenskern des Menschen. Jedem Einzelnen wird damit eine innere Landkarte für seinen persönlichen Weg von den Verblendungen des Ego, hin zu seiner Essenz gegeben. Sandra Maitri bezeichnet es eine Anleitung aus dem Schlafzustand zur Bewusstheit. In der Wirtschaft werden die Persönlichkeitsanalyse-Systeme dazu verwendet, durch das Wissen darüber, wie der Andere funktioniert, Macht über ihn zu gewinnen. Die Beschäftigung mit der eigenen Persönlichkeit, dient in erster Linie dazu, Stärken, und jede Ego-Struktur hat gewisse Stärken, zu optimieren. Die Schwächen, in der Regel sind Schwächen ja nur übertriebene Stärken, der jeweiligen Persona gilt es auszumerzen. Wenn ich mich aber nicht auf den Weg, hin zum Bewusstsein mache, bleibt dies ein hoffnungsloses Unterfangen. Es gleicht einem Menschen dessen rechte Hand nach einem Unfall eingegipst wurde. Die Verletzung führt dazu, dass eine Funktion (rechte Hand) ausgeblendet wird und dafür die linke Hand übertrainiert wird. Als mir klar wurde, dass ich, um im Bild zu bleiben, meine rechte Hand jahrelang eingegipst hielt, beschloss ich, es für den Rest meines Lebens ohne Gips zu versuchen, auch wenn das erst mal ungewohnt ist und eine radikale Lebensumstellung erfordert.

Bestimmung meines Enneagramm Typs

Die Bestimmung des eigenen Enneagrammtyps sollte uns helfen zu verstehen, wer wir zu sein glauben, damit wir anfangen können, die Knoten der Identifikation zu lösen (Maitri S. 35)

Bei mir hat die Bestimmung des Enneagrammtyps durch den Riso/Hudson Test erst einmal keine eindeutige Erkenntnis gebracht. Im Ergebnis kam ich bei den Typen 3 und 7 auf die selbe Punktzahl. Sandra Maitri geht in Ihrem Buch aber auf „häufige Verwechslungen“ ein (Maitri S. 332). In diesem Kapitel wird auch auf die Differenzierung der beiden Typen eingegangen. Sie haben beide gemeinsam, dass sie aktiv, energiegeladener, gutgelaunter, heiter und positiver sind. Der Unterschied besteht darin, dass sich die 7 vor allem mit interessanteren Plänen beschäftigt, die 3 ihr Selbstwertgefühl aus dem tatsächlich Erreichten schöpft.

Ich war zwar der Meinung im Leben viel erreicht zu haben, aber bei ehrlicher Betrachtung lag das vor allem daran, dass ich andere von meinen Plänen überzeugt habe, die dann für die Umsetzung gesorgt haben. Seitdem ich mich vor 8 Jahren selbständig gemacht habe, gelang es mir nicht annähernd, einen meiner unzähligen Pläne zum Erfolg zu bringen, weil ich die Umsetzungsarbeit zu langwierig oder nicht aufregend genug empfand, mich relativ schnell wieder interessanteren Plänen widmete und den ursprünglichen Plan wieder verworfen. Immer wieder bin ich dadurch an die Grenzen meiner finanziellen Ressourcen gestoßen. An diesem Grenzpunkt wurde aber immer wieder mein Realitätssinn aktiviert. Immer dann, wenn schon der Boden der Kasse zu sehen war, ergriff ich Möglichkeiten, die zwar eher unspektakulär waren, aber dazu beitrugen, meine Finanzen wieder zu verbessern. In diesen Augenblicken war ich wohl wirklich präsent und nicht mit der Zukunft beschäftigt.

Auch das was in der im Jahr 2003 erstellten Insights-Auswertung steht, verstärkte die Gewissheit, dass die innere Landkarte des Enneagrammtyps 7 für mich die passende ist. Dort gibt es ein Kapitel „mögliche blinde Flecken“. In meiner Auswertung steht unter dieser Rubrik „Er kann anderen als oberflächlich und hohl erscheinen.“ Das mag an seinem teils lockeren Umgang mit Worten und seiner zukunftsorientierten Einstellung liegen“ und später heißt es noch „Da er sich leicht ablenken lässt, fällt es ihm sehr schwer, eine Arbeit wirklich zu Ende zu bringen“ und weiter „Obwohl er charmant, lustig und unterhaltsam sein kann, erweckt er gelegentlich den Eindruck unaufrichtig zu sein“

Der erste Satz im Kapitel zum Enneatyp 7 von Sandra Maitri (S 256) passte optimal in mein Selbstbild. „Siebener sind lebhaft, forsch, optimistisch an allem interessiert, geistig jung, zukunftsorientiert und scheinen sich selbst immer einen Schritt voraus zu sein“ Der zweite Satz holte mich aber wieder auf den Boden der Tatsachen zurück: Anscheinend sorgloser und positiver als die anderen Typen, benutzen die Siebener genau diese Eigenschaften als ihre stärkste Abwehr.Aus Mangel an Vertrauen in eine natürliche Entfaltung der Dinge, glauben sie, selber herausfinden zu müssen, wie die Dinge funktionieren und vorausplanen zu müssen, wohin sie sich entwickeln werden, um dann zu versuchen, die Welt ihrem Plan anzupassen.“ „Wenn der Weg steinig wird und ihr Durchhaltevermögen gefragt ist, geben die Siebener auf. Sie können sich ihr Ziel ja schon längst vorstellen und da sie ihre Visionen mit der Realität verwechseln, machen sie sich Vorwürfe, weil sie noch nicht

angekommen sind.“ Ein Erlebnis aus meinem früheren Arbeitsumfeld zeigt, dass ich so auch von meiner Umwelt wahrgenommen wurde. Scheinbar intuitiv sorgte ich immer wieder dafür, dass ich Mitarbeiter um mich hatte, die meine Pläne auch umsetzten. So hatte ich einen Stellvertreter, der die harte Umsetzungsarbeit nicht scheute und auch zum Erfolg brachte. Häufiger, wenn wir uns unterhielten sah ich die Fragezeichen in seinen Augen. Einmal brachte er diese Irritationen auch verbal auf den Punkt und fragte mich: „Sind die Dinge, von denen Sie reden, bereits Realität oder sind das ihre Visionen?“

Die heiligen Ideen hinter der 7

Sandra Maitri, beschreibt die heiligen Ideen, als Sichtweise der Realität , die frei von den Vorurteilen der Persönlichkeit ist. Jeder Enneatyp sieht die Welt von einer dieser heiligen Ideen aus (Diagramm Maitri S10). Die Wirklichkeit kann im Grunde aus dem Blickwinkel einer jeden heiligen Idee aus betrachtet werden, doch am unwiderstehlichsten ist die unserem persönlichen Punkt im Enneagramm entsprechende Sichtweise. Man kann sich das Ganze, als die oberste Plattform eines Turmes vorstellen, die rund ist und von der man aus neun Fenstern auf die Welt hinausblicken kann. Von jedem dieser Fenster sieht man hinaus in die Realität. Doch ein Fenster zieht mich am meisten an und das ist mein bevorzugter Blick auf die Welt. Ichazo sagt, dass uns die heiligen Ideen allesamt von Geburt an zur Verfügung stehen, aber für eine von Ihnen sind wir besonders sensibilisiert. Mit der Ausbildung der Persönlichkeitsstruktur geht uns der Kontakt zu jener Wahrheit verloren, die von unserer heiligen Idee ausgedrückt wird.

Durch diesen Kontaktverlust zu den Tiefendimensionen der Wirklichkeit, nehmen wir die Realität nur noch unvollständig wahr. Um im Bild von vorhin zu bleiben, sind wir auf der Plattform des Turmes eingeschlossen und nehmen nur noch wahr was im Inneren der Plattform passiert. Das große ganze bleibt uns aber verborgen. Die innere Arbeit besteht also darin, das Fenster, durch das wir nicht mehr sehen können, nach und nach wieder freizulegen und den Blickwinkel auf die gesamte Welt, der uns im Verlauf der Sozialisation abhanden gekommen ist, wieder zu vergrößern.

Die Art und Weise, wie wir diese begrenzte Sichtweise interpretieren, wird zu einer starren Vorstellung der Realität – zu einer Täuschung, die ganz spezifisch zu unserem Punkt im Enneagramm gehört und unsere Fixierung genannt wird (Diagramm 2 Maitri S 11). Unser Lieblingsfenster in diesem Turm ist nicht mehr aus durchsichtigem Glas, sondern aus Milchglas. Darauf wird permanent ein Film, zusammengeschnitten aus all unseren Erfahrungen, projiziert, den wir nun als die Realität ansehen.

Um es an einem Beispiel plastisch zu machen, schaut jemand mit dem Enneatyp eins aus einem Fenster, aus dem er die Welt vollkommen sieht. Durch den Kontaktverlust mit der „heiligen Vollkommenheit“ sieht der „Einser“ eine unvollkommene Welt, mit der Überzeugung, mit ihm und dem Rest der Welt stimmt etwas nicht. Dies führt zur Fixierung „Groll“, die einer inneren emotionalen Atmosphäre von Zorn über all die Unvollkommenheit entspricht. Die Personality der „Einsen“ ist daher darauf ausgelegt, alles zu tun, die Unvollkommenheit zu bekämpfen und alles in Ordnung zu bringen.

Jeder, ist also von Geburt an auf eine bestimmte Sichtweise der Realität eingestimmt, die seinem Punkt im Enneagramm entspricht, ganz gleich ob er auf der Persönlichkeitsebene oder auf der Essenzebene agiert.

Das Fenster aus welchem der Enneagrammtyp 7 auf die Welt blickt, heißt „heiliger Plan“, „heilige Arbeit“ und „heiliges Gesetz“.

Das „heilige Gesetz“ entspricht der Sichtweise, dass sich die Welt unaufhörlich entfaltet. Aus diesem Blickwinkel heraus können wir sehen, dass sich das Universum permanent weiter entwickelt und wir ein Teil dieses Entfaltungsprozesses sind. Mit dem Begriff der „heiligen Arbeit“ ist verbunden, dass alles, was ich von diesem Turm aus sehen kann, vom Sein selbst geschaffen wurde, also alles, was aus der erleuchteten Sicht wahrzunehmen ist, sich selbst erschaffen hat und damit göttlich ist. Auch jeder von uns Menschen. Hinter der Idee des „heiligen Plans“ verbirgt sich die Tatsache, dass die permanente Entfaltung nicht chaotisch abläuft, sondern von einer fundamentalen Intelligenz gesteuert wird.

Das Universum hat, wie alle Lebewesen und Pflanzen mit ihrer DNS, einen Code, der den permanenten Entwicklungsprozess steuert. Wenn wir also aus dem Blickwinkel des „heiligen Plans“ auf die Welt blicken, können wir sehen, dass alles in geordneten Bahnen abläuft und wir darauf vertrauen dürfen.

Die Entfaltung des Universums findet also permanent statt, just in diesem Augenblick und nicht in der Zukunft. Das bedeutet, dass wir nur in Kontakt mit unserem essentiellen Wesen sein können wenn wir uns mit dem beschäftigen, was gerade ist und nicht mit dem, was in der Zukunft sein könnte. .

Menschen des Enneagrammtyps 7 haben dieses Vertrauen verloren. Sie glauben nicht, dass sich ihre Seele organisch entwickelt und dass es nicht möglich ist, sie in eine gewünschte Richtung zu pressen. Die Entwicklung findet nur statt, wenn wir absolut präsent sind. Sobald wir uns mit der Vergangenheit und der Zukunft denkender weise aufhalten, sind wir nicht präsent und blockieren die Entwicklung unserer Seele.

Der Kontaktverlust mit der Essenz führt beim Siebener dazu, dass sie sich abgeschnitten vom permanenten Entfaltungsprozess des Universums fühlen. Die Fixierung, die sich durch diesen Verlust entwickelt ist das permanente Entwickeln von Plänen für die Zukunft. Ichazo nennt diese Fixierung „Ego-Planen“.

Die „Ego-Entwicklung“ des Enneagrammtyps 7

„Siebener“ haben aus der Empfindsamkeit für ihre spezifische heilige Idee in der frühen Kindheit in den ersten Lebensmonaten mit ihrer Mutter wahre Glückseligkeit, erlebt und wirklich unterstützenden und erfüllenden Kontakt erfahren.

Aus irgendwelchen Gründen, etwa die Rückkehr der Mutter zur Arbeit, eine Krankheit oder die Geburt eines Geschwisterkindes wurde dieser Kontakt aber jäh unterbrochen (Maitri S. 263). Das Kind empfindet diesen Umstand wie die Vertreibung aus dem Paradies. Es ist, als sei ihm die Süße des Lebens abhanden gekommen.

Das Gefühl, dass die Lebensquelle versiegt ist, lässt ein inneres Ödland entstehen, das sich unerträglich anfühlt. In meiner eigenen Biographie ist diese Beschreibung gut nachvollziehbar. Ich war der ersehnte Junge, der die Firmennachfolge vermeintlich sicherte. Dieses Verschmelzungsgefühl mit der Mutter kann ich in vielen intimen Situationen gut erspüren. 15 Monate nach meiner Geburt kam dann mein Bruder zur Welt und ich war von einem Tag auf den anderen nicht mehr der Mittelpunkt der Familie.

Als Reaktion auf den Verlust des Paradieses vermeidet es eine 7, an dieses Gefühl von Öde, Leere und Trockenheit erinnert zu werden. Das Leben einer „Sieben“ ist darauf ausgerichtet, den Schmerz, vom pulsierenden Leben abgeschnitten zu sein, nicht mehr zu erleben.

Deshalb malt sich dieser Enneagrammtyp gerne ein Utopia aus und plant permanent den Weg dorthin. Er lebt also mehr in der Zukunft als im hier und jetzt. Die Projektion auf das Fenster im Turm des Enthusiasten, wie Riso die 7 nennt, ist also ein Luftschloss, das nichts mit der Realität zu tun hat. Das wahre Leben hat eben auch seine Schattenseiten und die will er nicht sehen. Er zieht es vor, nur die hellen Seiten des Lebens wahrzunehmen und die dunklen auszublenden. Ich bekomme häufig von anderen Menschen gespiegelt, dass es doch nicht sein könne, dass alles nur positiv ist. In Verlauf meiner inneren Arbeit in den letzten Jahren, setzte ich mich erst über die Menschen, die mir dieses Feed-Back gaben und sah auf die ewigen Problemwölfer und Pessimisten verächtlich herunter. Im Verlauf der Zeit gab mir diese permanente Rückmeldung doch zu denken. Sandra Maitri schreibt, dass die Selbstdarstellung der 7 oft in einem zwanghaften Lächeln besteht, das dazu dient, Schmerz oder Feindseligkeit zu überdecken. Siebener möchten als fröhlich und unbeschwert gelten und wirken selbstsicher, optimistisch und voller Handlungseifer. Das ist alles aber nur die Strategie mit der Angst umzugehen, den ursprünglich empfundenen Schmerz des Paradiesverlustes noch einmal zu erleben. Die Sieben ist wie die sechs und die fünf ein Angsttyp, der die Welt als erschreckenden und bedrohlichen Ort empfindet. Der Idealismus, also die Projektion der idealen Welt ist die Falle der 7.

Die 7 zählt auch zu den Intellektuellen Typen. Sie versucht mit dem Verstand zu rechtfertigen, dass alles toll ist und die Umwelt das auch so wahrnimmt. Das Rationalisieren und das Aufrechterhalten des positiven Scheins erfordert viel Energie. Negative Emotionen meidet sie wie der Teufel das Weihwasser. Mit ihrem Charme wird sie versuchen, die Aggression anderer abzumildern. Wenn sie Gefühle wie Trauer, Schmerz und Depression bei anderen erlebt, wird sie versuchen, ihr Gegenüber aufzuheitern und wenn ihr das nicht gelingt, lieber das Weite suchen.

Siebener sind meist im jung'schen Sinn extrovertierte Menschen. Da sie im Ruhezustand stärker mit der inneren Leere in Verbindung kommen, benötigen sie permanent Kicks, die sie im Außen suchen. Das können Genussmittel sein, aber auch alle anderen anregenden und spannenden Erfahrungen. Es darf bloß keine Langeweile aufkommen, um nicht in die Gefahr zu geraten, sich mit dem ursprünglichen Schmerz zu konfrontieren.

Richard Rohr, der sich dem Enneagramm von der christlichen Seite her nähert, stellt Franz von Assisi als den „Heiligen der Sieben“ vor (Rohr S. 162). Franz war zu seiner Zeit der König der Partys. Zunehmend spürt er, dass er nur auf der Flucht vor sich selbst ist.

Dann kam die Lebenswende. Er gab das schöne Leben auf und begab sich unter die Armen und Kranken. Schönheit war aber nach wie vor wichtig, wie die Legende zeigt, denn er konnte sich an den Blumen und den Vögeln erfreuen. Er integrierte auch die Schattenseiten in sein Leben, wurde präsenter und bekam ein Auge für die natürliche Schönheit des Universums.

Die Transformation der Sieben

Der Kontaktverlust der Sieben mit der Essenz bewirkt primär, dass das Vertrauen in die geordnete Selbstentfaltung des Universums nicht mehr vorhanden ist. Deshalb denkt ein Siebener, dass er die Entfaltung seiner Seele planen muss. Da sich das Leben auch oder gerade ohne ihn permanent entfaltet, sind diese Pläne schnell Makulatur. Deshalb wirft er sie schnell über den Haufen und beginnt wieder zu planen. Das permanente Planen bringt ihn weg vom hier und jetzt. Er lebt eigentlich permanent in der Zukunft und blockiert damit die Entfaltung seiner Seele.

Die erste Erkenntnis ist also die, dass ich mich als Sieben auch ungeplant auf das Leben einlassen kann. Ich habe unlängst das Beispiel einer Rolltreppe für mich gefunden. Auf eine Rolltreppe brauche ich mich nur draufstellen, denn sie weiß wohin sie sich entfaltet. Ich brauche dazu keinen Routenplaner. Jede Laufbewegung auf einer Rolltreppe, sei es in der Laufrichtung oder noch schlimmer gegen sie, kostet Energie und bringt mich davon ab, wahrzunehmen, was im Augenblick geschieht.

Als zweite Erkenntnis habe ich gewonnen, dass ich es mir sparen kann, permanent mein „Sunny-Image“ zu präsentieren. Die Umwelt kauft mir dieses Image ohnehin nicht ab und damit kann ich die ersparte Energie auf den Augenblick lenken.

Erkenntnis Nummer drei hat damit zu tun, den Schmerz, den ich als Kind so bedrohlich empfunden habe, bewusst zu fühlen und damit zu erkennen, dass er heute nicht mehr real ist. Ich kann mich auch an mein Inneres heranwagen und die Angst vor der inneren Leere, die für mich als kleines Kind so schlimm war, aushalten. Ich gehe davon aus, dass mich diese Erkenntnis zu mehr innerer Ruhe bringt. Gerade die Meditationsarbeit, mit der wir im Aufbautraining begonnen haben, gibt mir hier eine gute Unterstützung.

Mir ist bewusst, dass die Integration dieser Erkenntnisse in mein Leben nicht von heute auf morgen funktioniert. Mein Super-Ego freut sich schon immer, mir unter die Nase zu reiben, wenn ich wieder mal nicht umhin komme, in einer Gruppe mein Sunny-Image zur Schau zu stellen. Ich bin im Gegensatz zu meinem ständigen Begleiter aber schon ganz zufrieden, wenigstens im Nachhinein zu realisieren, dass ich in mein altes Muster zurückgefallen bin. Ich denke aber, die Super-Egos von Siebenern haben ohnehin einen schweren Stand.

Zum Abschluss möchte ich aber noch eine Erkenntnis anbringen, die zeigt, dass Siebener auch ganz brauchbare Menschen sein können ;-).

Eine Stärke der Sieben wurde mir in den letzten Wochen deutlich und diese will ich ganz bewusst vor allem auch in mein berufliches Leben einbringen. Siebener haben die Gabe, relativ schnell zu erfassen, welche Maßnahmen ergriffen werden müssen, um ein Ziel zu erreichen. Sie tun sich zwar schwer in der Umsetzung, wissen aber unterwegs immer schnell, was zu tun ist, wenn es klemmt. Durch die Nachbarschaft zur Enneagramm-Acht kommt die Fähigkeit dazu, den Umsetzenden, den Plan klar zu vermitteln und da die Sieben ja weiß, wie das Paradies aussieht, kann sie das den Mitstreitern gut beschreiben und trägt so zu jeder Menge positiver Motivation bei. .

Die Loyalität der benachbarten Enneagramm 6 gibt den Auftraggebern das Gefühl gut unterstützt zu sein.

Dies habt ihr mir, liebe Regina und lieber Bali, anlässlich der Assistenz bei der „Animus/Anima-Gruppe“ gut gespiegelt und dafür danke ich Euch und noch viel mehr für die Spiegelung meiner Personality über die letzten Jahre hinweg.

Literaturverzeichnis

Almaas A.H. (2004) „Facetten der Einheit“ Die Deutsche Bibliothek 1. deutschsprachige Ausgabe 2004

Gruhl, Monika (2005) „Das Enneagramm – Strategien für die eigene Entwicklung“ Freiburg im Breisgau: Herder Verlag Originalausgabe 2005

Palmer, Helen (1995) „Das Enneagramm in Liebe und Arbeit“ München, Droemer`sche Verlagsanstalt Th Knauer Nachf. – vollständige Taschenbuchausgabe 2000

Maitri, Sandra (2001) „Neun Porträts der Seele“ Die Deutsche Bibliothek 3. Auflage 2004

Naranjo. Claudio (1998) „Das Enneagramm der Gesellschaft“ Verlag Via Nova, Petersberg 1. Auflage 1998

Riso, Don Richard/Hudson, Russ (1999) „Die Weisheit des Enneagramms“ München. Wilhelm Goldmann Verlag, Deutsche Erstausgabe 2000

Rohr. Richard/Ebert. Andreas (1989) „Das Enneagramm – die neun Gesichter der Seele München: Claudius Verlag 27. Auflage 1995

Tolle. Eckhart (2005) „Eine neue Erde – Bewusstheitssprung oder Selbstzerstörung“ München. Wilhelm Goldmann Verlag, 5. deutschsprachige Ausgabe 2005