



Geschätztes Mitglied,

Es war toll in Mainz – wir hatten eine gute Zeit! So das einhellige Fazit von Schweizer Teilnehmenden am 1. Enneagramm-Kongress in deutscher Sprache in Mainz. Einige von ihnen fassten ausgewählte Eindrücke dieser drei intensiven Julitage für den Rundbrief zusammen. Doch zuerst beginnen wir mit einem Rückblick auf unsere spannende Sommertagung in Hertenstein mit Wilfried Reifarh und Barbara Stiels. Herzlichen Dank allen Schreibenden und den Lesern wünsche ich viel Vergnügen und neue Impulse!

Für die neue Amtsperiode ab Januar 2015 sucht das EFch **ein neues Vorstandsmitglied**. Wer Interesse hat, meldet sich bitte bei der Präsidentin Lydia Schaller (lydia.schaller@enneagramm-forum.ch).

Reserviert Euch bitte auch den **1./2. Mai 2015 für die EFch-Sommertagung** mit Jürgen Gündel zum Thema Burnout und Stressresilienz, wiederum im schönen Hertenstein am Vierwaldstättersee.

Nach diesem goldenen Herbst wünsche ich Euch eine ruhige Winterzeit und freue mich, Euch an der **Mitgliederversammlung am 24. Januar 2015** wiederzusehen (Link für die An- und Abmeldung auf unserer Homepage [www.enneagramm-forum.ch](http://www.enneagramm-forum.ch)).

*Renate Bürgin, Redaktion*

### **EFch-Sommertagung 2014 in Hertenstein mit Wilfried Reifarh und Barbara Stiels**

„Enneagramm – eine EntwicklungsGeschichte“  
9./10. Mai 2014 im Bildungshaus Stella Matutina

EntwicklungsArbeit mit dem Enneagramm war angesagt, durch einen interaktiven Einstiegsvortrag von Wilfried Reifarh am Freitagabend und den offenen Grossgruppenprozess mit Wilfried R. und Barbara Stiels am Samstag. Dieser Prozess sei, gemäss Ausschreibung, eine von W. R. entwickelte Methode, die Erwachsenenheit und Individualität der Teilnehmenden in den Vordergrund stelle. Das so entstehende Lernklima bilde den idealen Kontext für die Arbeit mit dem Enneagramm der Persönlichkeit. Das Konzept sei theoretisch gut ausgearbeitet und praktisch viel hundertfach erprobt.

**Wilfried Reifarh** ist Diplom-Psychologe und neben seiner Enneagrammtätigkeit seit 35 Jahren Fort- und Weiterbildner für Menschen in helfenden Berufen. Seine drei bereits erschienenen Enneagrammbücher lagen auf, ein viertes Buch ist im Entstehen. **Barbara Stiels** ist Diplom-Sozialarbeiterin, ebenfalls Enneagrammlehrerin und langjährige Leiterin einer Behörde für Jugend und Familie. Bei der Arbeit haben sich die beiden kennen gelernt und sind heute ein Paar.

Zum Bildungshaus Stella Matutina, auf der Halbinsel Hertenstein, in der Gemeinde Weggis gelegen, sind 35 Personen angereist, per Schiff, Bahn und Bus oder Auto. Das Haus ist eine Institution der Baldegger Schwestern und hat eine lange Geschichte als Schule und Mädcheninstitut. Heute ist es ein sehr angenehmes, gut eingerichtetes Seminarhaus unter der bewährten Leitung der Schwestern und mit dem Pilatus vor den Zimmerfenstern, mitsamt Vogelkonzert am frühen Morgen.

Der gemeinsame Nachmittag begann mit der bekannten und immer wieder hilfreichen Achtsamkeitsübung zu dritt unter Leitung von Ank Kienast und Maria Berger. Nach dem feinen Nachtessen stellte Barbara Stiels sich und Wilfried Reifarh vor. Von diesem hatte ich aufgrund seiner von mir sehr geschätzten Bücher ein völlig anderes Bild.



*Teilnehmende der Sommertagung, Foto: Redaktion*

#### **Impressum**

Herausgeber: Vorstand Enneagramm-Forum Schweiz, E-Mail: [vorstand@enneagramm-forum.ch](mailto:vorstand@enneagramm-forum.ch)

Redaktion: Renate Bürgin, Untere Weidstrasse 20, 8820 Wädenswil, E-Mail: [renate.buergin@enneagramm-forum.ch](mailto:renate.buergin@enneagramm-forum.ch)

Erscheint: 2x jährlich / **Nächster Redaktionsschluss: 16. März 2015**

Jahresbeitrag: Einzelmitgliedschaft Fr. 80.- / Paare Fr. 110.- (PC 87-396170-6, Enneagramm-Forum Schweiz)

W. R. erklärte dann die Funktion seines Grossgruppenprozesses mit „musterbewussten“ Erwachsenen, die ihre Erfahrungen und Hoffnungen miteinander teilen. Er verwendet das Wort „Typ“ nicht, denn das sei eine Einladung in die „Schublade“. Für die Vorstellungsrunde sollten wir uns nun eine Frage zum Enneagramm überlegen. Wir sassen in der modernen Aula in einem grossen Oval hinter Pulten, die beiden Referenten dazwischen und sich genau gegenüber.

Es stellte sich bald heraus, dass W. R. schlecht zu verstehen war, weil er leise redete, oft am Schluss die Silben „verschluckte“ und wir weit auseinander sassen. Er lehnte es sowohl ab, ein Mikrofon zu benützen als auch die Tische zu entfernen, damit wir uns näher gekommen wären. Akustisch gut verständlich war die Einspielung der Einleitung seines vierten Buches zum Thema „Was aus mir werden kann, Entwicklungsarbeit mit dem Enneagramm“.

Entwicklung muss eine Willenstat des betreffenden Menschen sein, sie geschieht nicht automatisch. Zwischen seinen Ausführungen fragte W. R., wie es bei den Teilnehmenden ankomme. Es waren sehr verschiedene, auch sehr kritische, Feedbacks zu vernehmen: schlecht verständlich, zu kompliziert, zu viel, interessant, braucht Angewöhnung an die Methode. Die divergierenden Standpunkte sollten keine zerstörerische Wirkung haben. W. R. versicherte, dass wir am Samstag um 10.23 den Zusammenhang erkennen würden.

Mit seinen Ausführungen, die durch die Angewöhnung etwas verständlicher wurden, brachte der Referent das Enneagramm als Prozessmodell (9 Stadien) und als Persönlichkeitsmodell (9 Muster) zusammen: 3 und 6 sind Punkte, wo der Prozess schief gehen kann, hier muss die Person bereit sein, weiter zu machen. Es gibt 9 Phasen in der Erkenntnis des eigenen und der anderen Muster und den Umgang damit, bis der suchende Mensch bei sich selbst angekommen ist. Durch diesen Weg ändert sich sein Leben in Richtung Vertrauen, Gelassenheit und Achtsamkeit, wobei der Weg nie zu Ende ist. Entwicklung kann jedoch nur wirklich geschehen, wenn das Muster richtig erkannt worden ist und der Mensch darin zuhause ist und nicht in einer „Mietwohnung“. Entwicklung heisst auch, freiwillig auf Dinge zu verzichten, die früher Sicherheit gaben.

Immer wieder wurden aus der Teilnehmerrunde Proteste laut betreffend Verständlichkeit und Gestaltung der Tagung. Es kamen viele verschiedene Meinungen auf verschiedene Weise zum Ausdruck. Dabei wurden die Muster ersichtlich, war das sogar der eigentliche Zweck der provokanten Art des Referenten? Dieser liess sich nicht beirren und sagte immer wieder, dass diese schwierigen Reaktionen erwünscht seien und den Prozess vorwärts bringen würden. Auch Barbara Stiels äusserte sich einmal in diesem Sinn, ansonsten war von ihr kaum etwas zu hören. Ihr meist gestrenger Blick ging fast immer zu Wilfried Reifarh, als ob sie ihn hypnotisieren wollte. Dies irritierte mich sehr, und ich fragte mich, welche Rolle sie innehatte. Unterbrochen von nur kurzen „Pinkelpausen“ sassen wir die meiste Zeit auf unserem Stuhl und versuchten zu verstehen, einige

verstanden vielleicht auch. Die Individualität der Anwesenden kam jedenfalls, wie in der Ausschreibung angekündigt, teilweise krass zum Vorschein. Drei Personen waren so unzufrieden mit der Tagung, dass sie die Gruppe verliessen und abreisten.

Aus seinem sich in Arbeit befindlichen Buch spielte der Referent später Sequenzen zu leider nur sechs Mustern ab, für die restlichen drei reichte die Zeit nicht mehr. Diese Inhalte waren nun wieder recht gutverständlich und die Teilnehmenden konnten sich anschliessend kurz über ihre entsprechenden Erfahrungen äussern. Leider konnte/durfte W. R. dazu nichts Schriftliches abgeben, weil die Texte noch in Bearbeitung und nicht definitiv sind. Muster 7 nannte er „FreudeBewahrer“, 1 „OrdnungsLiebende“, 3 „FortschrittsErmöglicher“, 2 „EntwicklungsHelfer“, 8 „Menschenfreund“ und 9 „Friedensstifter“.

Zum Abschluss der Tagung sollten alle ein kurzes Statement abgeben. Dieses bezog sich oft auf die Eingangsfrage, Zufriedenheit und Unzufriedenheit hielten sich fast die Waage, auch der Wunsch nach einem weiteren Anlass mit Wilfried Reifarh wurde geäussert. In verdankenswerter Weise hatte dieser für sein Engagement auf ein Honorar verzichtet. Bei mir hinterliess dieser „offene Grossgruppenprozess“ einen zwiespältigen Eindruck, hinterher noch mehr als unmittelbar danach.

*Margrit Brem-Frey, EFch-Mitglied*

## Enneagramm-Kongress 2014

11. – 13. Juli 2014 in Mainz



Zum 25-Jahr-Jubiläum des ökumenischen Arbeitskreises Enneagramm (ÖAE) luden die vier Organisationen ÖAE, Deutsches Enneagramm Zentrum (DEZ), Enneagramm Germany sowie Enneagramm Wien zum 1. Enneagramm-Kongress in deutscher Sprache ein. Rund 240 TeilnehmerInnen, darunter 15 SchweizerInnen, trafen sich am Freitag zum Abendessen im Erbacher Hof mitten in Mainz.

### **„Das Tor ist offen, das Herz umso mehr“**

Mit dieser Zisterzienser Losung begrüsst Marion Küstenmacher alle Anwesenden zum anschliessenden Abendprogramm. In herzlich-eloquenter Weise moderierte sie durch die ganze Tagung und interviewte auch die drei „Enneagrammschulen“ ÖAE, Enneagramm Germany und DEZ. Jede Schule hat ihre eigene Entstehungsgeschichte und natürlich auch ihre Schwerpunkte. Um es ganz knapp zusammenzufassen, steht der ÖAE mit seinen rund 500 Mitgliedern in der Tradition von Richard Rohr und Andreas Ebert und betont seine ökumenische Ausrichtung auf den christlichen Glauben. Enneagramm Germany ist kein Verein, sondern ein lizenziertes Ableger von Helen Palmer und hat bereits ca. 300 Enneagrammlehrer zertifiziert. Das DEZ wurde 2007 von Wilfried Reifarh, Barbara Stiels und weiteren Personen

gegründet, bindet auch Lehre und Erkenntnisse von Martin Buber und den Anonymen Alkoholikern mit ein und richtet sich vor allem an Leute in sozialen Berufen.



Marion Küstenmacher und  
Andreas Ebert, Foto: Redaktion

Friedrich Karl Völkner in „Gestern war heute noch morgen, Der ÖAE seit 1989“, S.9). Nach dem gemeinsamen Mittagessen machten sich die TeilnehmerInnen auf die Heimreise mit der Überzeugung im Herzen, dass das Enneagramm es uns ermöglicht, besser zu hören und besser zu sehen, dass das Enneagramm Friedensarbeit ist, bescheiden macht, ehrlich und neugierig.

*Renate Bürgin, Vorstand*

## Eindrücke einer Acht

Ich habe erstmals einen Enneagramm-Kongress besucht. Ich war einerseits überrascht über die zahlreichen Teilnehmenden (ca. 250) und andererseits über die wunderbare Location. Ich liebe es, bei Klosterschwestern zu übernachten und schätze eine katholische Umgebung, was in Mainz geboten wurde. Für mich war das ökumenische Fundament sehr bereichernd und gab dem Kongress die Tiefe, die ich sonst so oft vermisse. Als Katholikin mit charismatischem Schuss fand ich die Thomasmesse am Sonntag sehr gelungen (ich fragte bei einer Segnungsstation nach einem prophetischen Wort, was ich auch erhielt!). Ich sah einige, die sehr bewegt waren, was zur Authentizität beitrug.

Ich habe zwei Workshops besucht, die mir Input zum Thema Transformation, aber auch im Hinblick auf Selbsterkenntnis und meine Visionen gegeben haben. Ich habe das überkonfessionelle, aber auch übernationale Zusammensein genossen und erlebte eine wertschätzende Enneagramm-Atmosphäre! Sehr positiv fand ich den zeitlichen Ablauf, so dass nicht der ganze Tag überladen war, sondern auch Zeit für Gespräche, Stille und ein Bierchen auf dem Domplatz blieb. Apropos Rebensaft: Wir erlebten eine 5, die nach einem Gläschen Rotwein anfang, mit den Händen zu reden. Mir als Neuling fehlte aber das Typenpanel. So hoffe ich in Zukunft auch auf ein Männer- und Frauen- Typenpanel!

*Sophia Würmli, EFCh-Mitglied*

## Der Kongress-Samstag

Die Workshops vom Samstag wurden am Freitagabend durch die Leiter auf gelungene Weise vorgestellt. Das Angebot zeigte sich sehr vielfältig. Eine Auswahl zu treffen war für mich nicht allzu schwierig, da Themen wie „Anwendungsbeispiele der Enneagramm-Idee in der Jugendhilfe“ und „Enneagrammatisch bewusster Umgang mit Demenz“, (beides Angebote aus dem DEZ) durch meine eigenen Tätigkeiten in diesen Bereichen bereits seit langer Zeit in meinem Fokus standen. Nun bot sich mir die Gelegenheit, von den Erfahrungen anderer zu hören. Bei der Jugendhilfe lernte ich am Beispiel einer ziemlich aussichtslosen Konfliktsituation zwischen Eltern und Tochter, wie sich durch die methodisch gelungene Vorgehensweise enneagrammatisch so vieles aufschlüsseln liess zum Verständnis aller Betroffenen und so eine sehr schwierige Lebenssituation zur Bereicherung aller Beteiligten geworden ist.

Im Umgang mit „Demenz“ hörte ich den Bericht einer Altenheim-Pflegedienstleiterin, welche das Thema in ihrer Schlussarbeit zur E-Trainerin aufgenommen hat. Der interne Schulungsprozess beim Personal zeigte Wirkung auf deren Haltung gegenüber demenzbetroffenen Menschen. Sie lernten Musterverhalten erkennen auf beiden Seiten. Anstelle von überrollen, stigmatisieren, abweisen etc. ist Verständnis gewachsen. So wurde das Enneagramm im Kontext zur Biographie-Arbeit als sehr hilfreich erlebt und verbesserte den Umgang mit den Betroffenen.

Der Samstagabend war geprägt von den Feierlichkeiten des 25-Jahre-Jubiläums des ÖAE. Nach einer Übersicht zur bewegten Geschichte ihrer Gemeinschaft und einer Stand-up Comedy im Saal, lockte das schöne Sommerwetter nach draussen in den Innenhof, wo es mit gemütlichem Austausch und Plaudern weiter ging bis bald in die frühen Morgenstunden. Ich nutzte diese Gelegenheit, Bekanntes zu pflegen und Neues zu erfahren.

*Lydia Schaller, Vorstandspräsidentin*

## „Schutz und Kraft der psychologischen Abwehrmechanismen“

Workshop von Norbert Hög und Pamela Michaelis

Dass man schon als Baby auf Grund von Schmerz und Angst Abwehrmechanismen entwickelt, war mir klar. Interessant fand ich den Vorschlag der Referenten, den Weg zurück zu gehen in die ursprüngliche Liebe. Das sollte mittels Aufstellungsarbeit geschehen, ähnlich wie bei Familien-Aufstellungen. Schnell war aus unserer grossen Gruppe jemand bereit, seine Abwehr, seine Leidenschaft (Wurzelsünde), sich selbst und die Liebe, anhand ausgewählter Workshop-Teilnehmer aufzustellen. Wie auf einer Bühne konnte diese Person dann den Interaktionen zuschauen und am Schluss am neuen Energiefeld, das da entstanden war, teilnehmen. Die Methode ermöglicht, sich selbst von aussen zu sehen, so, wie uns sonst nur die Andern sehen. Hie und da gelingt es dann sogar, über die stets wiederkehrenden Mechanismen zu lachen.

*Ruth Niederbäumer, Vorstand*

## „Muster-hafte Maschen“

Typische „Ersatzgefühle“ erkennen und „authentisch“ fühlen lernen, Workshop mit Johanna Jesse-Goebel und Catherin Nibbenhagen

Das Maschengefühl ist ein Begriff aus der Transaktionsanalyse und steht für ein Ersatzgefühl, das wir in frühen Beziehungen aus Not gelernt bzw. gestrickt haben. Maschengefühle sind subjektiv nicht von authentischen Gefühlen unterscheidbar, ihr Ausdruck bewirkt jedoch keine Sättigung und wir entwickeln darum die Tendenz, solche unerfreulichen „Lieblingsgefühle“ zu wiederholen und vergessen dabei unsere wahren Gefühle und Bedürfnisse.

Für die neun verschiedenen Enneagramm-Muster wurden folgende Maschengefühle vorgeschlagen und in Typengruppen diskutiert:

Muster	Maschengefühl
1	Unterdrückter Zorn / sich verurteilt fühlen
2	Stolz / Bedürfnislosigkeit
3	Sich grossartig und anderen überlegen fühlen / selbstverliebt sein
4	Sich unverstanden / sich fehlerhaft fühlen
5	Sich ausgelaugt / leer / antriebslos fühlen
6	Angst / Misstrauen / sich bedroht fühlen
7	Begeisterung / Freude
8	Stärke
9	Gefühl von „nicht wirklich wichtig“

Das einführende Referat von Catherin, die geführte Meditation von Johanna, ein Austausch in Zweiergruppen, die Arbeit in Typengruppen und das Zusammentragen der Ergebnisse sowie die typspezifischen Erlaubnisse machten diesen Workshop spannend und abwechslungsreich. Die Analogie der Maschen(gefühle) mit den handgestrickten Socken lieferte zudem viel Anlass zu Heiterkeit.

Den beiden Referentinnen Johanna und Catherin, die ihre Unterlagen zum Workshop allen Teilnehmern offen zur Verfügung stellten, sei herzlich für ihre Grosszügigkeit und ihren tollen Workshop gedankt!

*Renate Bürgin, Vorstand*

## Psychologie, Spiritualität und die somatische Komponente von Transformation

Workshop/Vortrag von Pamela Michaelis

Welche Rolle spielen die drei Zentren - Kopf, Herz und Bauch - für unsere psychospirituelle Entwicklung? Mit dieser Frage hat sich Pamela Michaelis auseinandergesetzt. Aus eigenen tiefgreifenden Erfahrungen, die sich immer auch im Körper manifestierten, entdeckte sie die Wichtigkeit des Körpers für den Transformationsprozess. Unser Körper ist der Ort, wo Transformation stattfinden kann, er kennt unseren Weg.

In der Folge versuche ich die zentralen Aussagen von Pamela Michaelis wiederzugeben. Da mich die Thematik als Körpertherapeutin auch persönlich beschäftigt, fliessen eigene Überlegungen mit ein.

Oft bringt uns akutes Leiden auf den spirituellen Pfad. Dann sind wir motiviert, Wege zur Heilung zu suchen,

weil wir die unangenehmen Gefühle los sein möchten, Gefühle, die entstehen, weil wir unsere Realität nicht akzeptieren können. Wenn wir Glück haben, begegnen wir dem Enneagramm und erkennen unseren Wahrnehmungsstil, welcher durch das Zusammenwirken der mentalen Fixierung und der Leidenschaft massgeblich geprägt wird und unsere Reaktionsweise bestimmt. Je nach Primärzentrum reagieren wir zuerst mit Wut (Bauchtypen), mit Schmerz und Trauer (Herztypen) oder mit Angst (Kopftypen). Wut z.B. ist eine intelligente Information, sie hilft Klarheit zu gewinnen. Wenn wir sie jedoch verdrängen, oder nicht akzeptieren, atmen wir gegen die Energie, im Sonnengeflecht und in der Kehle entsteht Kontraktion, das bedeutet Verlust von Energie. All dieses Enneagrammwissen verändert uns jedoch nicht, wenn es nur im Kopf bleibt. Unser innerer Beobachter ist oft genug ein innerer Kritiker.

„Erst wenn ich mich akzeptiere, so wie ich bin, kann ich mich ändern“, sagt Carl R. Rogers, Vater der personenzentrierten Psychotherapie. Sein Schüler Eugene T. Gendlin - Begründer der Focusing-Therapie - hat festgestellt, dass die Art des Umgangs mit dem inneren Erleben (achtsam, einführend) verantwortlich ist für eine erfolgreiche Psychotherapie mit Veränderungsprozessen. **Unser Weg** von der Leidenschaft zur Tugend, von der mentalen Fixierung zur heiligen Idee, geht also nur über Akzeptanz.

Pamelas Vorschlag: Meditationen, die das Herz öffnen, um herzcentrierter zu leben.

Wir machen eine **Übung**: Wir erden uns (Boden, Sitzfläche spüren usw.), und lenken unsere Aufmerksamkeit auf das unmittelbare körperliche Erleben, die Energie folgt. „Unsere wahre Heimat ist der gegenwärtige Augenblick“ sagt Thich Nhat Hanh, ein buddhistischer Mönch. Körpererfahrungen sind immer im Moment. Wirklich da sein, wo wir sind, am Punkt, wo alles immer jetzt ist. Durch Wahrnehmen verbinden wir uns, beziehen wir uns. Akzeptanz und Liebe für alles, was kommt an Gefühlen und Gedanken, ohne zu urteilen. Jetzt sind wir verbunden mit den drei Zentren. Es ist so, wie es ist: Das ist die Antwort auf die Realität, Energie wird befreit.

Mit dem Atem Liebe, Wohlwollen in jede Zelle des Körpers bringen, durch das Leiden hindurch entspannen, uns mit offenem Herzen auf die Realität einlassen. Damit lösen wir Kontraktionen und überlassen uns dem Fluss des Lebens. Dankbarkeit und Versöhnlichkeit sind kraftvolle Hilfen für Transformation.

Leiden kommt immer wieder - eine Chance für Veränderung? Liebende Achtsamkeit befreit Energie und schafft Raum für Freude, wir werden kreativ und wissen, was im Moment zu tun ist.

*Renate Jäggli-Baumann, Vorstand*

## Ein grosses und herzliches Dankeschön

an alle Organisatoren und an alle, die zu diesem gelungenen Enneagramm-Kongress beigetragen haben, sei es im Vorder- oder im Hintergrund, inklusive der Mitarbeiter des Erbacherhofes - vielen Dank für Euren Einsatz!