



www.enneagramm-forum.ch

Geschätztes Mitglied,

„Alles hat seine Zeit“, diese Verse aus dem Buche Kohelet hörte ich kürzlich anlässlich einer Trauerfeier. So ist nun auch meine Zeit, die Zeit des Abschieds, als Rundbrief-Redaktorin gekommen.

Vor 9 Jahren wurde ich vom Vorstand zum Gestalten des Rundbriefes angefragt - damals eine Herausforderung und heute beinahe eine Routine.

Herzlich bedanken möchte ich mich bei all den schreibfleissigen AutorInnen, die mich in all der Zeit mit enneagramm-interessanten Artikeln versorgten.

Es freut mich, dass ich Euch die **neue Redaktorin**, Renate Bürgin Schaller, die auch neu als Vorstandsmitglied im Verein tätig ist, anhand eines Interviews in diesem Rundbrief vorstellen kann.

Für die **kommende Sommertagung** in Rothenburg ob der Tauber **vom 31. Mai – 2. Juni 2013** sind noch Plätze frei. Wer sich kurzfristig entscheidet, melde sich bei Frau Eveline Schmidt, Sekretariat ÖAE, info@enneagramm.eu.

Die Kosten für Verpflegung (ohne Frühstück) und Tagungsgebühren betragen für Mitglieder 110 Euro, für Nichtmitglieder 160 Euro.

Hotels können über das Touristenbüro (Tel. 0049 /9861/404-800) gebucht werden.

Nun wünsche ich allen einen schönen und erlebnisreichen Sommer und freue mich zukünftig den Rundbrief ohne redaktionelle Verpflichtungen zu geniessen.

Weiterhin verbleiben mir ja noch die Arbeiten der Vereins-Website, des Sekretariats und der Buchhaltung.

Eva Overtveld-Meier, Redaktion

„Subtypen verstehen und Instinktlösungen lösen“

Workshop mit Ruth und Samuel Jakob-Gautschi, 10.00 – 15.30, anlässlich der 12. Mitgliederversammlung des EFCh, 19. Januar 2013

Als ich diese Ausschreibung las, glaubte ich, die Subtypen zu verstehen, hatte ich doch im Sommer 2010 in Todtmoos am einwöchigen Seminar zu dieser Thematik mit Claudio Naranjo teilgenommen. Was sollte ich da noch Neues zu hören bekommen?



Ruth und Samuel wechselten sich ab in der Präsentation ihrer Erkenntnisse. Primär ging es um Instinkttheorie.

Instinkte sind unwillkürliche Verhaltensweisen.

Beim Menschen sind die Instinkte bei der Geburt,

im Gegensatz zum Tier, nicht fertig ausgebildet. Darum gilt der Mensch als „physiologische Frühgeburt“. Diese Unfertigkeit gibt ihm aber auch die Freiheitsfähigkeit.

Instinkte werden durch Lernvorgänge und Erfahrungen aus Beziehungen überlagert und gesteuert. Instinkte und Triebe oder Bedürfnisse sind im physisch-biologischen Bereich verankert aber auch, weil nicht fertig ausgebildet, mit dem emotional-mentalbereich fließend verbunden. Je grösser der Stress, desto mehr läuft das Verhalten instinktgesteuert ab. Je zentrierter, desto mehr ist eine bewusste, freie Gestaltung möglich (auch Stresspunkt/Integrationspunkt der Enneagrammtypen).

Für das Verständnis des Subtyp-Verhaltens hilft die Kenntnis des Chakren-Systems. Durch die Arbeit an sich selbst werden die Chakren gereinigt. Ihre Energie wird zur selbstexistierenden Kraft d.h. zur Essenz-Energie. Die Instinkte sind nach Ruth Jakob in den Chakren 1 - 3 auf der ersten Aura-Ebene lokalisiert, welche im Enneagramm die Subtypenebene ist. Die Instinkte beeinflussen direkt das Nervensystem und somit das Verhalten. Wird ein Instinkt während seiner Ausbildung durch mangelnde Befriedigung lebensnotwendiger Bedürfnisse verletzt, entsteht eine Beschädigung, Fixierung. In der Entwicklung des Menschen formen sich die Instinkte sehr früh aus, deshalb ist ein fixierter Instinkt auch Grundlage für Verzerrungen auf später entstehenden Ebenen, emotional, mental, spirituell.

Impressum

Herausgeber: Vorstand Enneagramm-Forum Schweiz, E-Mail: vorstand@enneagramm-forum.ch

Redaktion: Eva Overtveld-Meier, Auf der Rütli 2, 8906 Bonstetten, E-Mail: sekretariat@enneagramm-forum.ch

Erscheint: 2x jährlich / **Nächster Redaktionsschluss: 28. Oktober 2013**

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

Der **Selbsterhaltunginstinkt** ist der erste in der menschlichen Entwicklung und aktiviert das sympathische Nervensystem. Wenn der Säugling aus Hunger oder Unwohlsein schreit, ist er aktiv. Wenn die Bedürfnisse des Kindes immer wieder nicht rechtzeitig gestillt werden, entsteht Schaden auf der Instinktebene im 1. Chakra (Wurzelchakra). Dies führt zu früher Resignation und Zurückhaltung der Energie oder indirekten Mobilisierung, z.B. Bedürfnisse zurückstecken oder übermässig für sich selbst sorgen. Diese Menschen sind eher stiller und zurückhaltender als andere.

Der **sexuelle Instinkt** aktiviert das parasympathische Nervensystem, die körperliche Entspannung des ganzen Systems. Die vollständige Einheitserfahrung, welche eine Essenserfahrung ist, kann vom Kind vor allem beim Stillen und Nähren empfunden werden. Wenn die Verschmelzungserfahrung durch Störungen und Unterbrüche immer wieder irritiert wird, wird die Instinktebene des 2. Chakras (Sexualchakra) geschädigt. Um den Schmerz der plötzlich abgebrochenen Hingabesituation nicht wieder spüren zu müssen, bleibt jeder Entspannungsprozess bereits vor Erreichen dieses Punktes stehen. Eine aufgeladene Restenergie ist ständig vorhanden und das Bedürfnis nach tiefer Entspannung bleibt unerfüllt. Im Erwachsenenleben kann die Suche danach auch destruktive Formen annehmen, Exzesse, Suchtgefährdung. Das chronisch erhöhte Energieniveau macht diese Menschen aktiver, unruhiger, aggressiver als andere.

Die Entwicklung des **Sozialinstinkts** erfolgt zuletzt, wenn der Säugling zwischen sich und der Umwelt zu unterscheiden lernt. In der sensiblen Phase der Ausbildung des 3. Instinkts ist wesentlich, wie die Umwelt dem Kind begegnet. Wohlwollende Spiegelung und Verlässlichkeit ergeben energetische Orientierung. Fehlt diese Sicherheit, entsteht ein energetischer Wirrwarr, und das 3. Chakra (Solarplexus) zieht sich auf der Instinktebene zusammen, um sich vor Überforderung zu schützen. Impulse von aussen können weder richtig eingeordnet noch darauf angemessen reagiert werden. Statt mit anderen zusammen auf natürliche Weise sich selbst zu sein, entwickeln diese Menschen strategische Gewohnheiten im sozialen Verhalten, wie unsichtbar bleiben, sich übermässig anpassen oder dominieren, sich überlegen geben. Diese Menschen sind oft weniger spontan und kontrollierender als andere.

Je verzerrter einer der 3 Instinkte ist, desto dominanter wird er und bildet den betreffenden Subtyp des Enneagramms. Verletzte Instinkte sind Barrieren zur Essenz. Deshalb ist Persönlichkeitsarbeit auf der Instinktebene notwendig. Instinkte, Subtypen sind hartnäckiger als die Leidenschaft, sie sind die letzte „Ego-Bastion“. Bei den Subtypen geht es um existentielle Bedürfnisse, die aus einem Defizit entstanden und deshalb neurotisch sind. Im Gegensatz zu natürlichen Bedürfnissen sind neurotische unersättlich. Um das Defizit zu sättigen, braucht es immer mehr desselben, was aber das Problem nur verschärft und das verzerrte Verhalten fixiert.

Der **Lösungsweg** heisst Des-Identifikation, „agere contra“, d.h. ich unterlasse mein Subtypverhalten oder reagiere konträr. Das Innehalten kann emotional unangenehm sein, da die verletzten Bedürfnisse deutlicher wahrgenommen werden. Doch

das alternative Verhalten, das geübt wird, wirkt schliesslich heilend auf die verletzten Instinkte. Es kann im besten Fall zu einer Erfahrung von Essenz führen und stärkt das Vertrauen ins Leben.

Mehrere, in die Theorie eingebettete, Zweierübungen helfen, die Darbietungen von Samuel und Ruth erfahrbar zu machen. Diese auch für mich neuen Erkenntnisse über die Instinkte und somit die Entstehung der Subtypen, haben mir den meinigen erneut bestätigt und motivieren mich, alternatives Verhalten immer wieder zu versuchen.

Danke Ruth und Samuel für diesen wertvollen Beitrag!

*Margrit Brem, EFch-Mitglied
Foto Redaktion*

Erinnerungen an meine Vorstandsarbeit im Enneagramm-Forum-CH

Im Januar 2013 trat ich nach 4-jähriger Mitarbeit altershalber aus dem Enneagramm-Vorstand zurück. Ich hatte das Glück, eine jüngere Kollegin für diese Arbeit begeistern zu können.

Rückblickend betrachtet steigen viele schöne Begebenheiten und Bilder in mir auf, angefangen bei den Begegnungen mit den Enneagramm-ReferentInnen und den Mitgliedern an den Sommer tagungen und weiter bei der Arbeit in den Sitzungen des Vorstands sowie unseren jährlichen Retraiten.

Nebst dem Planen und Ausführen von Projekten fanden wir immer auch noch Zeit, um uns kurz persönlich auszutauschen. Mit jedem Wechsel im Vorstand entstand spürbar eine neue Dynamik, die sich u.a. in neuen Ressourcen zeigte.

Während meiner Vorstandstätigkeit entstand der Wunsch nach einer gemeinsamen Enneagramm-Homepage mit den zwei deutschen Vorständen, dem EMT und dem ÖAE sowie der österreichischen Ansprechstelle. Das jährliche Treffen und der Austausch mit den deutschen Kollegen verliefen immer inspirierend, und das gemütliche Beisammensein kam nicht zu kurz.

Ein Höhepunkt war auch das 10-jährige Jubiläum des Enneagramm-Forums Schweiz. Seit seiner Gründung wurde einiges auch dank der eigenen, erweiterten Homepage für die Mitglieder vereinfacht und optimiert.

So können z. B. die Arbeit des Vorstandes in Form eines Kurzprotokolls mitverfolgt werden, Anlässe und Kurse eingesehen und interessante Aufsätze heruntergeladen werden. Auch entstand in dieser Zeit der Newsletter, der von einem ehemaligen Vorstandsmitglied weiterhin verfasst und versendet wird. Eine eher trockene Arbeit war das Verfassen einer Geschäftsordnung des Vereins, die bislang noch nicht vorhanden war. Dank meiner Wohnlage war das Sekretariat mit Eva Overtveld nahe, so dass sich der Austausch und auch das Gegenlesen beim Entstehen des Rundbriefes unkompliziert gestaltete.

Froh über die gewonnene Freizeit, doch auch mit Wehmut denke ich an die verfllossene Vorstandstätigkeit zurück, die sich vielfältig, interessant, unter kompetenter Leitung und harmonischer Teamarbeit abspielte.

Maria Berger-Gysling, ehem. EFch-Vorstandsmitglied

Steckbrief: Renate Bürgin Schaller

*Geburtsdatum: 12. Nov. 1960
Zivilstand: verh., 2 Kinder im
Alter von 15 und 12 Jahren
Wohnort: Wädenswil
Beruf: Chemikerin (Dr.sc.nat.)
Enneagrammtyp: 4*



Wie bist du zum Enneagramm gekommen?

Nach einer mehrjährigen Familienphase ging ich 2008 in einen Enneagramm-Kurs von Maria Berger und Ank Kienast, in der Hoffnung, mehr Klarheit und Unterstützung bei meiner beruflichen Neuorientierung zu finden. In der Zwischenzeit habe ich die Ausbildung zur Enneagramm-Trainerin bei Marcel Sonderegger und Norbert Häg begonnen und am 15. Januar 2013 die Ausbildung zum Business Coach EN® (Coaching Expert Training) ebenfalls bei Marcel Sonderegger und Norbert Häg abgeschlossen.

Wie und wo wendest du das Enneagramm an?

Ich wende das Enneagramm vor allem in der Familie und bei meinen Coachings an. In Wädenswil leite ich seit 2011 Enneagramm-Kurse und eine Enneagramm-Gesprächsgruppe in Zusammenarbeit mit Christina Kummer. Abwechselnd mit Maria Berger und Eva Overtveld übernehme ich die Leitung der Treffen der Erfahrungsaustauschgruppe Zürich-Wiedikon.

Was magst du besonders am Enneagramm?

Es hilft mir, mich selber besser zu verstehen, was für Typ 4-Menschen ja besonders wichtig ist. Mit Hilfe des Enneagramms kann ich auch andere Menschen besser verstehen und toleranter sein. Die Wertschätzung, die die Enneagramm-Gemeinschaft allen Enneagramm-Typen und allen Menschen entgegenbringt, finde ich ganz wichtig und zukunftsweisend.

Was liegt dir am Herzen an der Arbeit im EFch-Vorstand?

Es ist mir ein Anliegen, dass der Vorstand den Enneagramm-Interessierten Möglichkeiten des Zusammenseins, des Austauschs, der Diskussion und des gemeinsamen Lernens anbietet und als Plattform unterstützt, und so den persönlichen Kontakt unter den Mitgliedern, auch über die eigene Region hinaus, fördert.

Renate, ich danke dir für den Einblick in deine persönliche Enneagramm-Entwicklung und -Arbeit. Es freut mich mit dir als Vorstandsmitglied zusammen zu arbeiten und besonders, dass du dich entschieden hast den zukünftigen Rundbrief zu redigieren.

Eva Overtveld-Meier, Redaktion

Enneagramm - D-A-CH

Treffen von EFch, EMT und ÖAE in Zürich

Am 16. März 2013 trafen sich die deutschsprachigen Enneagrammvereine aus Deutschland und der Schweiz in Zürich – ohne Wiener Delegation. Ruth Maria Michel hat uns auch diesmal in die Räume des VBG am Zeltweg eingeladen. Trotz Fastenzeit hat sie uns mit Hilfe einer Köchin aus dem Enneagrammkreis kulinarisch üppig verwöhnt.

Zuerst stellten sich die Vereine und deren anwesende Vorstandsmitglieder vor:

ÖAE (Ökumenischer Arbeitskreis Enneagramm) war vertreten durch die Vorstandsmitglieder Doris Wetzig (1.Vorsitzende) und durch Ruth Maria Michel (Schriftführerin). Letztere schreibt auch immer unser Protokoll, wofür wir dankbar sind. Doris Wetzig ist seit neun Jahren im Vorstand und wird nächstes Jahr zurücktreten. Ebenfalls 2014 feiert der ÖAE sein 25-jähriges Jubiläum.

EMT (Enneagrammlehrer in der Mündlichen Tradition nach Helen Palmer) ist im Umbruch: drei Vorstandsmitglieder sind zurückgetreten und somit ist der EMT in einer Identitätsfindungs- und Transformierungsphase. Wir haben neu kennen gelernt: Saso Kocevar, seit einem Jahr 1.Vorsitzender und Susanne Malinowski-Richter, 2.Vorsitzende.

EFch: Aus der Schweiz kamen Lydia Schaller, Ruth Niederbäumer, Renate Jäggli, Eva Overtveld und André Häring (Newsletter).

Wir trafen uns schon zum vierten Mal. Das Highlight dieses Jahres ist die erste gemeinsame Tagung in Rothenburg vom 31.05. bis 02.06.2013. Wir haben interessante Referenten zum Thema Kommunikation und Enneagramm gefunden. Anmeldungen sind noch möglich (siehe Einleitung Rundbrief).



(v.l. Renate Jäggli, Doris Wetzig, Andre Haring, Lydia Schaller, Susanne Malinowski-Richter, Ruth Niederbäumer, Saso Kocevar, Eva Overtveld, Ruth Maria Michel)

Ein weiteres Resultat unserer Zusammenarbeit ist die gemeinsame Homepage: www.enneagrammnetz.eu. Darauf sind auch die Österreicher vertreten.

Vom 11. – 13.07.2014 findet der Europäische Enneagramm-Kongress in Mainz statt, organisiert vom ÖAE mit dem Ziel, das Enneagramm bekannter zu machen. Er verspricht, interessant zu werden. Es wird noch nach einer bekannten Persönlichkeit gesucht für das Eingangsreferat.

Das Treffen in Zürich war informativ und anregend. Wir werden zukünftig untereinander Tagungstermine austauschen, uns gegenseitig die EnneaNews von EMT, den elektronischen Newsletter von EFch sowie das EnneaForum von ÖAE zuschicken.

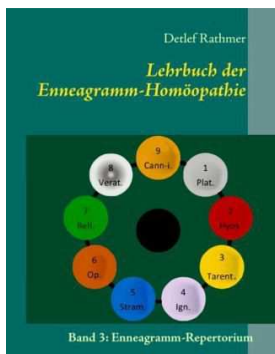
Zum Schluss noch einige unserer Visionen:

1. das Enneagramm gezielt auch jüngeren Menschen bekannt machen
2. Weiterbildung in geistlicher Begleitung auf der Basis des Enneagramms
3. netzwerkartige Enneagramm-Zellen in den Regionen,
4. neue Medien stärker nutzen für die Verbreitung des Enneagramms

Unsere Zusammenarbeit bewährt sich, und wir werden uns nächstes Jahr im Februar wiederum in Zürich treffen.

*Renate Jäggli-Baumann, Vorstand
Foto Redaktion*

Lehrbuch der Enneagramm-Homöopathie (Band 1-3)



Ein äusserst umfangreiches Werk, das Dr. h.c. Detlef Rathmer (*1968), homöopathischer Heilpraktiker mit eigener Schule und früherer Jurist uns da vorlegt. Als Autor spiritueller Ratgeber und homöopathischer Bücher ist er ein Vielschreiber. Die drei Bände mit insgesamt 1'144 Seiten sind gemäss Rathmer als Lehrbuch zu

verstehen, genauer als Repertorium.

Dabei handelt es sich um eine Auflistung von Symptombeschreibungen und deren enneagrammatischer Typenzuordnung. Ein Repertorium wird auch als Findbuch bezeichnet und möglicherweise drückt hier der ehemalige Jurist etwas durch. Eine unglaubliche Fleissarbeit des Autors, der mit diesem Werk tatsächlich so etwas wie den Doktor im Zusammentragen gemacht hat. Die drei Bände widmet der alleinerziehende Vater seinen beiden Söhnen im Primarschulalter, die es ihm „...trotz oder gerade aufgrund ihrer Lebendigkeit ermöglichen, Bücher wie dieses zu schreiben.“

Die Aufteilung der Bände ist verkaufstechnisch clever gelöst. Band 1 mit den Typen I-IV und Band 2 mit V-IX muss man schon mal beide kaufen, um alle Enneagramm-Muster beschrieben zu bekommen. Band 3 ist gemäss Klappentext das eigentliche Nachschlagewerk – notabene für CHF 79.- pro Buch. Der Typ des Rezensenten soll Cannabis indica entsprechen – Rathmer erklärt es so: „Warum es gerade diese 9 Homöopathika sind, die eine derartig tiefgreifende Heilung beim Patienten bewirken können, kann wohl niemals abschliessend geklärt oder erklärt werden, doch die Tatsachen und Erfahrungen mit diesen 9 Mitteln sprechen eine eindeutige und überzeugende Sprache.“ Übernommen habe der Autor die Zuordnung vom homöopathischen Arzt Dr. med. Peter Hegemann, dem Begründer der sogenannten „9 Mittel-Therapie“.

Wenn Ihnen 12-15 Seiten pro Enneagrammtyp mit ein wenig Jung'scher Typologie und ein paar Absatzlein zu den Flügeln, Untertypen, Idealisierungen, den gesunden sowie ungesunden Entwicklungsrichtungen und den eher fragwürdigen typspezifischen äusseren Erscheinungsbildern genügen, dann mögen die sich repetierenden Repertorien reichen. Die machen pro Typ zwischen 50-100 Seiten aus und eben – sie wiederholen sich! Von A wie „Abscheu beim Gehen im Freien“ (ein reines 7er-Thema), bis Z wie „Zwicken bei Kindern vor Freude“ (scheinbar ein 5er-Klassiker). Auch verblüffende Erkenntnisse kommen zu Tage – Homosexualität wird nur bei Typ 1 und 2 verortet, lesbisch sind ausschliesslich Einserinnen.

Glücklicherweise scheinen alle Typen von Themen wie „Lachen“ oder „Fluchen“ gleichermassen betroffen zu sein. Warum aber bei mentalen Beschwerden die D3-Verdünnung, bei physischen C6 und bei einer Kombination von beidem C30 das richtige Mass sein

soll, entzieht sich der Leserschaft. Was sich hingegen ganz sachlich sagen lässt; für den massiv überrissenen Verkaufspreis erhalten Enneagramm-Interessierte auch nicht annähernd einen nutzbaren Gegenwert und die Kombination mit der Homöopathie wirkt fragwürdig. Da hält sich der Schreibende doch eher noch an Notfalltropfen. Gemäss Rathmer's Repertorium aber vielleicht auch nur 9er-typische „Wahnideen von etwas Überirdischem“ – eben, alles eine Glaubensfrage!

André Häring, EFch-Newsletter Redaktor

Books on Demand

Band 1: ISBN 978-3-8423-7986-2, Paperback, 348 Seiten

Band 2: ISBN 978-3-8482-5895-6, Paperback, 420 Seiten

Band 3: ISBN 978-3-8482-5466-8, Paperback, 376 Seiten

(Die 3 Bände liegen im EFch-Sekretariat auf und stehen zur Ausleihe bereit! Die Redaktion)

Kürzlich bekam ich nochmals ein Mail mit einem Schreibauftrag für das EnnaForum 5/2013 vom ÖAE, welches ich gerne weiterleite:

Feuer! Wut und Zorn als Lebenskraft.

- Wie nutzt und transformiert ihr diesen sehr energiereichen Zustand (in euch, im eigenen Körpersystem) um etwas Neues zu schaffen?
- Wo im Körper brennt das Feuer der Wut/des Zorns? Wie fühlt es sich an? – Heiß, brausend, kochend?
- Was macht euch wütend oder zornig? Wie geht ihr mit eurer Wut um?
- Erinnert ihr euch, potenziell gefährliche Situationen durch wütende oder zornige Energie bewältigt zu haben?
- Gibt es einen Unterschied zwischen der Empfindung von Wut und der Empfindung von Zorn?
- Pole: Wut unter der Traurigkeit, Traurigkeit unter der Wut?
- Wut/Zorn und die Anderen: Wann sagt ihr zum Anderen: "Jetzt reicht es!"?
- Wut/Zorn und ich (mein Verhalten/meine Lebensweise): Wann sagt ihr zu euch selbst: "Jetzt reicht es!"?

Die Fragen sind Anregungen und nicht verbindlich! Erinnerungen, Erfahrungen, Entdeckungen, Meditationen, Ängste, Kämpfe – alles über eure Bekanntschaft mit der Wut und dem Zorn ist willkommen.

Wer seinen Namen nicht unter dem Beitrag veröffentlicht sehen möchte, kann gerne nur Initialen angeben oder uns mitteilen, dass wir ganz darauf verzichten sollen. Umgekehrt veröffentlichen wir von den Verfassern auch gerne ein kleines Foto.

Über eine Zusendung bzw. Ankündigung **bis 30. April** würde sich Madeleine.Dewald@enneaforum.de sehr freuen.

Eva Overtveld-Meier, Redaktion

* * * * *