



ENNEAGRAMM  
FORUM  
SCHWEIZ

[www.enneagramm-forum.ch](http://www.enneagramm-forum.ch)

Geschätzte Mitglieder

Wir laden Euch herzlich zu unserer Sommertagung vom 7. – 9. Juni 2024 in Oberägeri ein. Marianne Gallen wird uns zu den Instinkten und Subtypen im Enneagramm durch die Tagung leiten. Es hat noch ein freies Doppelzimmer!

Am Montag, dem 4. Dezember 2023, ist unser treues und engagiertes Mitglied Ank Kienast nach langer Krankheit verstorben. Maria Berger und Samuel Jakob haben für uns einen Nachruf verfasst.

Am 20. Januar konnten wir unsere MV durchführen und uns in Marianne Vogel Kopps Vorspann mit den Triaden im Enneagramm auseinandersetzen. Für alle, die nicht dabei sein konnten, hat Maya Bauer einen ausführlichen Bericht dazu verfasst.

Last but not least kommt Samuel Jakobs Rezension des 3. Bandes von OM C. Parkin, Unerfüllte Liebe.

Dies ist nun mein letzter Rundbrief, da ich meine Anstellung beim EFch auf Ende September gekündigt habe. Allen Schreibenden während der letzten 11 Jahre danke ich herzlich - ohne euer Engagement wäre keiner der 22 Rundbriefe entstanden!

Ich freue mich auf ein Wiedersehen an der Sommertagung und wünsche Euch inzwischen eine frohe Frühlingszeit!

*Renate Bürgin, Redaktion*



## Mitteilungen Veranstaltungen Weiterbildungsangebote

### *Rundbrief No. 1 / 2024*

#### **Nachruf auf Ank Kienast-Hagtinguis**

Am 4. Dezember 2023 ist unsere vielseitig interessierte und begeisterungsfähige Ank Kienast im Pflegezentrum in Affoltern a.A. im Alter von 89 Jahren friedlich eingeschlafen. Dies nach langer, tapfer und mit grossem Lebenswillen ertragener Krebserkrankung.

Ank wurde 1934 in der Nähe von Den Haag geboren, zusammen mit einer älteren Schwester und einem jüngeren Bruder. Sie erlebte die Kriegszeit in den Niederlanden und durfte dank einem Programm für kriegsgeschädigte Kinder eine Erholungszeit in Schottland verbringen. Diese Verbindung zu diesem Land veranlasste sie, in ihrem letzten Lebensjahr nochmals dorthin zu fliegen, trotz zunehmenden gesundheitlichen Beschwerden. Ihre Reiselust führte sie auch immer wieder zu ihrem Bruder nach Den Haag und auf „ihre“ Insel Texel. Ank war eine offene und vielseitig begabte Frau. Nebst ihrem einstigen Studium für englische Sprache bildete sie sich auch als Sekretärin aus. Durch Heirat mit ihrem Schweizer Mann wurde sie Mutter einer Tochter.

Die zweite Lebenshälfte führte sie in eine neue Phase ihrer Entwicklung: Sie bildete sich zur Polarity- und Craniosacraltherapeutin aus und behandelte ihre Klienten mit Begeisterung. Daneben fand sie immer wieder Zeit für kirchliche Arbeit, seien es Fastenangebote, Kurse in Mystik oder ihr wöchentliches, ökumenisches Morgengebet und manches mehr.

Ihre grosse Begeisterung und ihr stetes Interesse galten jedoch dem Enneagramm. Sie war bereits 2001 ein wichtiges Mitglied im ersten Vorstand des EFch. Ank und ich erteilten viele Kurse, und ich erlebte mit ihr öfters erheiternde Momente. Freude und Spass verbreiten waren ihre Lebenselixiere, ganz ihrem 7ner Muster entsprechend, und das vertiefte Eintauchen in den spirituellen Weg des Enneagramms wurde uns immer zentraler.

Alle, die Ank gekannt haben, werden ihre unzähligen Ideen, ihren Humor, ihr Staunen und ihre Lebenslust vermissen. Möge sie mit ihrer göttlichen Freude ihre himmlischen Geschwister weiterhin erheitern.

*Maria Berger, EFch-Mitglied*

#### **Impressum**

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

Redaktion: Renate Bürgin, Untere Weidstrasse 18, 8820 Wädenswil, E-Mail: [sekretariat@enneagramm-forum.ch](mailto:sekretariat@enneagramm-forum.ch)

Erscheint: 2x jährlich / **Nächster Redaktionsschluss: 28. Oktober 2024**

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

## Im Gedenken an Ank Kienast

Anfangs Januar vernahm ich von Eva Overtveld, dass Ank Kienast am 4. Dezember 2023 verstorben ist.

Sie nahm an meinem ersten Enneagramm Seminar 1991 teil (9 lange Nachmittage), und war auch ein wichtiges Mitglied im ersten Vorstand des EFch (2001). Sie hat an den Zusammenkünften (schon damals 2: Januar und Sommer) schöne Meditationen vorbereitet und angeleitet.

Meine letzte Erinnerung: sie nahm vor einem Jahr an der MV teil und reagierte auf meinen Vortrag (zur TransFormation) mit der Frage: «Wo ist die Freude? – aber die Freude ist doch wichtig!», worauf ich antwortete: natürlich, aber du weisst ja, dass bei der SIEBEN ein Unterschied ist, ob die Freude nur eine Kopffinszenierung, oder echt erlebt ist (und schilderte, wie vor vielen Jahren eine SIEBNERIN mir sehr berührt erzählte, jetzt hätte sie erstmals Freude wirklich erlebt, und welch grosser Unterschied dies sei ...)

Ich war 2008 in einer Cranio-Behandlung bei ihr (*bei solchen Aufgaben sind die SIEBEN ganz präsent, still, fokussiert, Ank sonst ja auch ein Lufttibus*). Ich habe dort ein von ihr formuliertes Gedicht gesehen, das für sie nichts mit dem Enneagramm zu tun hatte, jedoch sehr genau (ich staune erneut!) den Weg von Typ SIEBEN beschreibt, ich habe es auf einen Zettel notiert und etliche Jahre in Seminaren bei Typ SIEBEN, und zu Typ SIEBEN an den Typengruppentagen, die ich viele Jahre anbot, verwendet:

### Wandlung

Halte inne  
gehe in dich

entdecke  
dein Dunkel  
dein Licht

nimm alles an  
was ist

Du wirst  
dich wundern:

das ist  
Wandlung

*Ank Kienast*

Ab dem Abschnitt «nimm alles an, was ist ...» beschreibt Ank die Essenzqualität 'absorption' von Typ SIEBEN, die dieser Typ verloren hat und aus der Wirklichkeit ja lange flieht, weil sie auch schmerzhaft ist – und es bei Typ 7 ja darum geht, dass er lernt «Licht und Dunkel» anzunehmen. Ank dreht die Reihenfolge sogar um! – sie sagte mir, dass sie bei diesem Gedicht nicht ans Enneagramm oder ihren Typ gedacht habe!

*Samuel Jakob, EFch-Mitglied*

## «Directional Theory» - eine andere Art von Triadenbildung im Enneagramm-Modell

Vortrag von Marianne Vogel Kopp, Spiez

Am Samstag, dem 20. Januar 24, fand sich eine grosse Gruppe von Enneagramm-Interessierten im reformierten Kirchgemeindehaus in Horgen ein, um dem lebendigen und tiefgründigen Vortrag von Marianne zu lauschen.

Marianne begann ihr Referat, indem sie zuerst die allen Säugetieren seit Jahrtausenden innewohnenden Stressreaktionen, die als physiologische Überlebensstrategien von Lebewesen angewendet werden, erläuterte: **Fight-** (Kampf), **Flight-** (Flucht), **Freeze-** (Erstarrung) und **Fawn-** (Unterwerfung) Response. Unter Druck, Stress, Gefahr oder Verfolgung reagieren wir entweder aufgebracht, wütend und laut und greifen an oder wir rennen davon, ergreifen die Flucht, vielleicht mit knallenden Türen. Dies ist eine natürliche und gesunde Reaktion, die dem Überleben unserer Spezies dient. Ist weder das eine noch das andere möglich, kommt es zum Kollaps, der auch sehr subtil sein kann: Tiere stellen sich tot, der Kreislauf geht runter, Menschen senken den Blick, sinken in sich zusammen, die Stimme wird leise und monoton oder versagt gänzlich. Oft fühlt man sich wie benebelt und betäubt, die Sinnesreize funktionieren nicht mehr richtig, Erschöpfung und Schwindel machen sich breit, während das System unter höchstem Stress steht.

Häufen sich entsprechende Vorkommnisse in unserem Leben, besonders in der frühen Kindheit, kommt es zu einer entsprechenden **epigenetischen Programmierung in unserem vegetativen Nervensystem**.

Die erlernte Anpassungsreaktion wird dann zu unserer Auto-Reaktion, in die unser Körper sehr schnell switcht, anstatt dass wir gelassen und souverän eine Situation meistern können; d.h. Stressantworten sind in unserem Körper eingespeichert und wir werden in für uns bedrohlich erscheinenden Situationen automatisch getriggert. Die biologischen Stressreaktionen sind heute noch genau die gleichen wie zu Zeiten von Jägern und Sammlern. Mit dem Unterschied, dass sie damals wirklich nur für eine bestimmte Situation aktiviert wurden.

Zwar werden die Reaktionen klar unterschieden in Kampf-, Flucht-, Erstarrungs- und Unterwerfungsreaktionen. Doch in der Realität ist dies meist nicht so klar abzugrenzen. Opfer sind in der Regel hauptsächlich einem der vier Reaktionstypen zuzuordnen, aber sie haben auch Anteile von einem oder mehreren der anderen Muster. Sollten wir uns und unsere typischen Reaktionen bei mehr als nur einem Muster wiedererkennen, dann ist das kein Fehler, sondern völlig normal.

Nach dieser kurzen Einführung liess uns Marianne in einer Partnerübung erörtern, welche Reaktionsweise wir in einer stressbeladenen, negativen Begegnung spontan zeigen würden (z.B. plötzliches Erscheinen eines Ex-Freundes, ohne dass er uns bereits erkannt hat.). Dies führte zu spannenden Erkenntnissen und angeregten Diskussionen.

Anschließend ging Marianne näher auf das Leben und das Wirken von Karen Horney (1885-1952) ein. Horney wird zu den neopsychoanalytischen Theoretiker\*innen gezählt, die neben Erickson, Fromm und anderen die traditionelle psychoanalytische (eher biologische) Orientierung mit einem Schwerpunkt auf Kultur und zwischenmenschliche Beziehungen ergänzten.

Horney war der Ansicht, dass grundlegende Ängste, die durch Unsicherheiten in der Kindheit hervorgerufen werden, für die Charakterentwicklung des Menschen massgebender seien als Konflikte zwischen Instinkten und Gesellschaft oder intrapsychische Konflikte (Konflikte zwischen Es, Ego und Über-Ich). Laut ihren Untersuchungen entwickeln Kinder Bewältigungsstrategien in drei Dimensionen: Ein Kind kann sich in bedrohlichen Situationen auf Menschen **zu** bewegen (Konformität, Fügsamkeit, Unterwerfung), **gegen sie** agieren (Aggression) oder **von ihnen weg**laufen (Rückzug). Diese drei zwischenmenschlichen Trends sind für Horney komplexe menschliche Versionen der grundlegenden Verteidigungsmechanismen im Tierreich: Unterwerfung, Kampf und Flucht. Vielleicht ist es diese instinktiv-soziale Basis, die diese Trends so universell macht.

Laut Horney stehen uns alle drei Trends zur Verfügung, und gesunde Menschen seien in der Lage, sich je nach Situation in jede dieser Richtungen zu bewegen. In der Regel fühlten wir uns aber mit einer Reaktion besonders vertraut, was dazu führe, dass uns die beiden anderen weniger zugänglich seien.

Wie bei den Enneagramm-Stilen können wir eine gute Sache übertreiben oder das Ziel verfehlen. Der Kern eines jeden Trends ist ein gesundes Bestreben, mit anderen zusammenzuarbeiten, selbstbewusst Grenzen zu setzen und einen Schritt zurückzutreten, um in der Einsamkeit mit uns selbst zu sein. Wenn wir es damit aber übertreiben oder dadurch defensiv und reaktiv statt proaktiv werden, werden wir nachgiebig (die selbsterklärende Lösung), aggressiv (die selbstexpansive Lösung) oder distanziert (die resignative Lösung). So wie es bei den Enneagramm-Stilen entwickelte und unentwickelte Formen gibt, so gibt es bei diesen drei Trends ein gesundes bis hin zu einem verzerrten (pathologischen) Kontinuum.

Karen Horney vertrat die Ansicht, dass die Bewältigungsstrategien, die Menschen anwenden, überstrapaziert werden können und dann dazu führen, dass letztere ein falsches Selbst entwickeln, weil sie die Welt als weitgehend feindlich betrachten. Denn wer die Welt als einen schrecklichen Ort empfindet, kann sich niemals erlauben, das wahre Selbst zu zeigen oder sich selbst zu sein. Eine solche Entwicklung könne dazu führen, dass man sich emotional instabil und reaktionär fühle und im Extremfall ins Neurotische abgleite.

Claudio Naranjo verwendete einige von Horney's Konstrukten, wie z.B. das "idealisierte Selbstbild", um die Struktur der Enneagramm-Stile zu konzeptualisieren. Denn er teilte Horney's Überzeugung, die sie im Buch «Selbstanalyse» vertrat, dass der Mensch durchaus fähig sei, sich ohne professionelle Hilfe zu analysieren und dadurch weiterzuentwickeln. Ferner glaubte Horney an ein lebenslanges Lernen des

Menschen und dass jedes Individuum veränderungsfähig und nicht ausschliesslich von Trieben geprägt sei. Auch diese Meinung teilte Claudio Naranjo mit ihr.

Mehrere Enneagramm-Autoren haben ebenfalls die Ähnlichkeiten zwischen Horney's drei Trends und den neun Typen festgestellt, obwohl Karen Horney das Enneagramm wahrscheinlich nicht gekannt hat.

Nachdem uns Marianne die verschiedenen Trendgruppen (**gegen andere/fight**, **weg von anderen/flight** und **hin zu anderen/fawn**) vorgestellt hatte, setzten wir uns in homogenen Gruppen zusammen und diskutierten unser bevorzugtes Muster.

### Konfrontative Gruppe (fight)

→ Überkompensation, Kampf, Blenden, Machtsuche  
**Motiv:** ICH! Autonomie und Selbstbehauptung stehen im Vordergrund

**Bewegung:** gegen andere

**Grundangst:** Ich bin machtlos.

### Sich zurückziehende Gruppe (flight)

→ Gefühls- und Situationsvermeidung, Verleugnung, Rückzug, Suche nach Idealen

**Motiv:** AUGEN ZU! Gefühle nicht spüren und Probleme nicht sehen wollen

**Bewegung:** weg von anderen

**Grundangst:** Ich bin schutzlos.

### Nachgiebige, umarmende Gruppe (fawn)

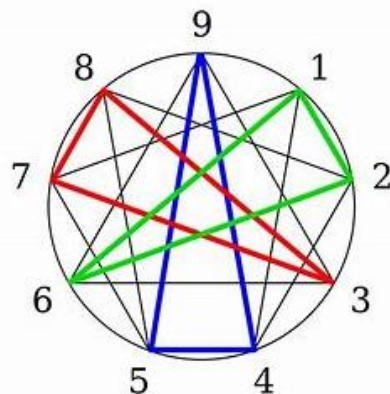
→ Unterwerfung, Erduldung, Überanpassung, Anerkennung suchend

**Motiv:** DU! Bindung steht im Vordergrund, Bedürfnisse anderer werden vorgezogen

**Grundangst:** Ich bin wertlos.

Neben den Triaden (Bauch, Herz, Kopf) gibt es weitere 3x3-Gruppierungen – nämlich die Horney'schen Gruppen, wobei sich jedes Typenmuster einer dieser drei Bewegungen zuordnen lässt.

Riso und Hudson (2000) sprechen in diesem Zusammenhang vom Sozialstil der Typen und teilen diese in folgende Gruppen ein: Es gibt einen **entgegenkommenden** (E1, E2, E6) einen **selbstbewussten** (E3, E7, E8) und einen **zurückhaltenden** Stil (E4, E5, E9). Die Stile geben Auskunft darüber, welche **Strategie** die einzelnen Typen für die Befriedigung ihrer Bedürfnisse anwenden. Es herrscht ein bestimmtes Selbstgefühl in Bezug auf andere vor. Das Erkennen und Verstehen der Falschheit dieses Selbstgefühls kann wertvoll sein, um unser Ego zu durchschauen.



**sich auf andere zubewegen (E1, E2 und E6)**

- kommen den Forderungen ihres Super-Egos nach
- indem sie sich anderen aus der Position des liebevollen Menschen nähern, der Anteil nimmt und seine Dienste anbietet, begeben sie sich in die Rolle des überlegenen Gutmenschen

**sich gegen andere bewegen (E3, E7, E8)**

- Aufbauen, Verstärken oder Aufblähen ihres Egos
- fordern oder bestehen darauf, dass sie das Gewünschte erhalten und steuern ihre Ziele direkt an

**sich von anderen wegbewegen (E4, E5, E9)**

- ziehen sich von der Welt zurück, flüchten in einen inneren Raum, der nur in ihrer Vorstellung existiert.
- bleiben für sich, um sich mit ihren Bedürfnissen zu beschäftigen. Es fällt ihnen schwer, im physischen Dasein verankert zu bleiben und aus ihrer Vorstellung herauszutreten, um zum Handeln zu finden.

Mittlerweile gibt es viele 3x3 Theorien in der Enneagramm-Literatur, die sich alle etwas voneinander unterscheiden.

Thomas Chou (2000) tauscht die Typen 7 und 1 aus und spricht bei den neuen Triaden von oberflächlichen und kurzfristigen Bewegungen (Motivationen), die allerdings von tieferen Zwängen dirigiert werden.

Daraus ergibt sich für ihn folgendes Schaubild:

Tiefenrichtung, unbewusste, langfristige Motivationen		+	0	--	
	<b>Gegen</b> Machtstreben	2	5	8	--
	<b>Weg</b> auf der Suche nach Idealen	7	4	1	0
	<b>Hin</b> Auf der Suche nach Zustimmung	6	9	3	+
		<b>Hin</b> Umarmend	<b>Weg</b> Zurückziehend	<b>Gegen</b> Konfrontierend	
<b>Oberflächenrichtung, kurzfristige Motivationen</b>					

Für Chou beschreibt Horneys oberflächliche Triade nicht die Endziele jedes Typenmusters, sondern eher die Taktiken, die zum Erreichen der Endziele eingesetzt werden. Ferner hat er die Triaden so interpretiert, dass sie mit emotionalen Tendenzen zusammenhängen. Daher sind für ihn die **konfrontierenden** Typen (**E8, E1, E3**), diejenigen, die zum Negativen neigen. **Wut- und Konkurrenzgefühle** richten sich gegen andere. Diese Typen verfolgen ihre langfristigen Ziele, indem sie die Umwelt direkt verändern und kontrollieren.

Umgekehrt sind die **umarmenden Typen (E2, E7, E6)**, diejenigen, die zum Positiven neigen. Gefühle der **Zuneigung und Wertschätzung** richten sich auf andere Menschen oder Objekte. Anstatt Hindernisse aus dem Weg zu räumen, ziehen sie es vor, Charme, Verführung und Schmeichelei einzusetzen, um eine feindlich gesinnte Person zu entschärfen und sie dadurch nicht angreifen müssen.

Schliesslich neigen die **zurückgezogenen Typen (E5, E4, E9)** dazu, ihre **Emotionen abzukoppeln** von der Umwelt und von den anderen. Das bedeutet allerdings nicht, dass es ihnen an Gefühlen mangelt, sondern dass sie ihre Gefühle nicht schnell genug in wirksames Handeln im Aussen umsetzen können.

Nach Ansicht von Chou gibt es unbewusste, langfristige Motivationen, die er Zwänge nennt. Diese kontrollieren letztendlich unser Oberflächenverhalten und üben eine grosse Macht auf unser Leben aus. Diese tieferen Sehnsüchte sind im Unbewussten vergraben, weniger zugänglich und verborgener, arbeiten über einen längeren Zeitraum hinweg, bestimmen allerdings unser Denken und Handeln wesentlich.

Auf der tieferen Ebene sind **E2, E5** und **E8** «Machthungrige», die sich gegen andere wenden, um ein Gefühl von Überlegenheit und Kontrolle zu erlangen. Wenn sie gesund sind, geben sie anderen Macht.

**E7, E4** und **E1** sind "Inspirations- und Idealsuchende", die sich von anderen entfernen, um ihren höheren Bestrebungen nachzugehen. Wenn sie gesund sind, inspirieren sie andere.

**E3, E6** und **E9** sind "Anerkennungs- und Zugehörigkeitssuchende", die sich auf andere zubewegen und die danach streben, zur Welt zu gehören. Wenn sie gesund sind, vermitteln sie anderen ein Gefühl der Zugehörigkeit.

Dies ergibt nun eine doppelbödeige Motivation und zum Teil Polaritäten für einzelne Enneatypen. E4, E6 und E8 funktionieren auf beiden Ebenen gleich. Diese Kongruenz wird gegenseitig als angenehm, durchschaubar und in sich ruhend erlebt und führt dazu, dass sich die drei Typenmuster (E4, E6 und E8) eigentlich mögen.

Die übrigen sechs Muster erleben hingegen eine Diskrepanz zwischen den beiden Ebenen, was oft zu einem innerpsychischen Konflikt führt.

Jeweils zwei Muster haben eine umgekehrte Entsprechung. Die erstgenannte Reaktion entspricht der oberen Ebene, die zweite der tieferen. Daraus ergeben sich folgende Muster:

**E2** und **E3** als **umarmend** - **konfrontativ** resp. **konfrontativ** - **umarmend**

**E1** und **E5** als **konfrontativ** - **im Rückzug** resp. **im Rückzug** - **konfrontativ**

**E7** und **E9** als **umarmend** - **im Rückzug** resp. **im Rückzug** - **umarmend**

Die tiefen Triaden können wie folgt dargestellt werden:

Arten	Richtung	Motivation	Stärken	Schwächen
<b>E2, E5, E8</b>	<b>gegen</b> «fight»	auf der Suche nach Macht und Kontrolle	innerer Wille, Kampfesgeist	Autoritarismus, Besitzgier, Übergriffigkeit
<b>E7, E4, E1</b>	<b>weg von</b> «flight»	auf der Suche nach Idealen und Inspiration	Leidenschaft für universelle Wahrheiten und höhere Ideale	Selbstbezogenheit, Distanziertheit, Flucht in eine unrealistische Fantasiewelt
<b>E6, E9, E3</b>	<b>hin zu</b> «fawn»	auf der Suche nach Anerkennung und Zugehörigkeit	Anpassungsfähigkeit, mit dem Leben harmonieren	Fremdbestimmtheit, von anderen definiert werden

### **E1 – die konfrontierende Idealsuchende (--/0)**

Der Zwang der E1 richtet sich - oberflächlich gesehen - gegen andere, aber im Inneren entfernt sie sich von anderen. Während die E1 nach aussen hin effizient und engagiert erscheinen mag, denkt sie im Inneren eher an eine ideale Welt, die sie langfristig zu erschaffen versucht. Sie zieht sich heraus aus der Realität. Im Alleingang will sie unabhängig sein. Ihre im Kopf kreierten Ideale sind unendlich, denn alles Gute ist ja immer noch weiter verbesserungswürdig. E1 hat einen riesigen Selbstanspruch. Sie legt sich mächtig ins Zeug und korrigiert alle, die sich ihrer Meinung nach falsch verhalten. Gleichzeitig ist sie frustriert, weil die Realität chronisch hinter dem Ideal zurückbleibt. Dies spornt sie an, ihren rechtschaffenen Einsatz noch zu erhöhen. Sie kann sich nicht entspannen, weil sie das Gefühl vermeiden will, ihr ganzer Einsatz könnte nutzlos sein.

### **E2 – die umarmende Macht- und Kontrollesuchende (+/--)**

Der Zwang der E2 bewegt sich - oberflächlich gesehen - auf andere zu, aber unter der Oberfläche bewegt sich E2 gegen andere. Während sie nach aussen warmherzig, hilfsbereit und verführerisch erscheinen mag, verbirgt sich dahinter ein innerer Kampfesgeist mit einem starken Willen. E2 gibt vor, anderen helfen zu wollen, während sie ihre aggressiven Motive, nämlich - besser und kompetenter als alle anderen zu sein und dadurch Macht und Kontrolle zu erlangen, verleugnet. E2 kämpft nicht direkt, sondern übt ihre Dominanz lieber als «Macht hinter dem Thron» aus. Ihre innere Spannung kann sich auch darin ausdrücken, dass sie mit entwaffnender Freundlichkeit die Grenzen der anderen missachtet und übergriffiges bis aggressives Verhalten an den Tag legt.

### **E3 – die konfrontierende Anerkennungs- und Zugehörigkeitssuchende (--/+)**

Der Zwang der E3 richtet sich - oberflächlich gesehen - gegen andere, aber unter der Oberfläche bewegt sich E3 auf andere zu. Die E3 wirkt nach aussen aufdringlich und wettbewerbsorientiert, während sie im Innern die Anerkennung und Zustimmung anderer sucht. Sie behauptet sich als mutige Führerin, während sie ihren tieferen Zwang ausblendet und verleugnet, nämlich - der Führung der Gesellschaft, die sie umgibt, zu folgen. Dieses Paradox bringt mit sich, dass andere verwirrt werden durch das scheinbar trügerische, unehrliche Verhalten von E3.

### **E4 – die zurückgezogene Idealsuchende (0/0)**

Sowohl der oberflächliche als auch der tiefere Zwang der E4 bewegen sich weg von anderen und von der Welt. Das macht die E4 zum introspektivsten und individualistischsten aller Enneatypen. Dieser doppelt zurückgezogene Zwang verleiht der E4 einerseits ungewöhnliche Freiheiten. Sie kann es sich leisten, nicht nach den allgemeingültigen Regeln mitzuspielen. Dies schenkt ihr Freiräume, um originell und kreativ zu sein. Andererseits kann diese Sonderstellung dazu führen, dass sich E4 in der Versenkung verliert, selbstbezogen wird und sich vom gewöhnlichen Leben entfremdet. Wie die anderen Idealsuchenden sucht auch E4 nach einem utopischen Ideal und empfindet in ihrem Inneren oft ein chronisches Gefühl von etwas Fehlendem, weil sie dieses Ideal nicht finden kann. Dann schaut sie neidisch auf andere, weil diese offensichtlich haben, was ihr fehlt.

### **E5 – die zurückgezogene Macht- und Kontrollesuchende (0/--)**

Die E5 entfernt sich oberflächlich mit einem undurchsichtigen Pokerface von anderen, ist allerdings auf der tieferen Ebene gar nicht so distanziert, wie es scheint. Im Rückzug läuft die E5 im Energiesparmodus und kann sich problemlos absondern, um ihren intellektuellen oder strategischen Gedanken nachzugehen. Daneben verfügt sie aber über einen starken Willen, der die Kontrolle sucht. Dieser Wille wird aus der Angst genährt, von anderen Menschen oder Gefühlen vereinnahmt oder überwältigt zu werden. Da übernimmt die E5 doch lieber selber die Kontrolle. Heimlich geniesst es die E5, eine Sphäre der Macht und des Einflusses zu haben, auch wenn diese vorwiegend geistiger Natur ist.

### **E6 – die umarmende Zugehörigkeits- und Anerkennungssuchende (+/+)**

Die oberflächlichen und tiefen Zwänge der E6 bewegen sich beide auf andere zu, was zur Folge hat, dass E6 anhänglicher ist an ihre Umgebung als alle anderen Enneatypen. Die E6 besitzt eine vertrauenswürdige und loyale Natur und ist durch ihre grosse Nachgiebigkeit ein gefundenes Opfer für dominante oder herrschsüchtige Personen oder Organisationen. Wenn sich E6 aus Mangel an Selbstbehauptung übergangen, vernachlässigt oder verletzt fühlt, was meist nicht ausbleibt, beginnt sie, Verteidigungstechniken auszubilden. Misstrauen und skeptisches Denken zeigen, den «Advocatus diaboli» spielen oder kontraphobische Abwehrmechanismen anwenden sind Beispiele für E6-Taktiken, die ihre Wurzeln in ihren doppelt konformen Antrieben haben.

### **E7 – die umarmende Idealsuchende (+/0)**

Die E7 umarmt die Welt an der Oberfläche, entfernt sich aber innerlich von ihr. Während sie sich scheinbar darauf konzentriert, die reale Welt zu geniessen, beschäftigt sich ihr Geist mit abgehobenen, grenzenlosen Fantasien und Idealzuständen. Sie will nichts verpassen von all den vielfältigen Möglichkeiten, was dazu führt, dass sie in ihrem Kopf einen chronischen Mangel verspürt, es fehle ihr etwas Wesentliches. Diese innere Enttäuschung verbirgt sie dann unter einem gewinnenden Äusseren, das viel wertschätzende und mitreissende Positivität ausstrahlt. Umarmend will sie gefallen und fühlt sich für eine positive Stimmung im Raum verantwortlich. Gleichzeitig ist ihre innere Abwesenheit spürbar, weil sie sich im Schönreden der Dinge oder in sprunghaften Plänen verliert. Das wirkliche Leben drängt ihr zu viele schwierigen Gefühle und hässlichen Probleme auf, die sie lieber nicht spüren möchte.

### **E8 – die konfrontierende Macht- und Kontrollesuchende (--/--)**

Sowohl die oberflächliche als auch die tieferen Zwänge von E8 richten sich gegen andere und führen dazu, dass E8 als das aggressivste Typenmuster des gesamten Enneagramms gesehen wird. Die grosse Willenskraft, das Selbstvertrauen und die besitzergreifenden Tendenzen der E8 sind für die anderen gut sichtbar und offensichtlich. E8 versteckt ihr Machtstreben nicht, weil sie sich in ihrem kämpferischen Auftreten gefällt. Wenn sie sich einen Einflussbereich zulegt, ist dieser tendenziell physischer oder weltlicher Natur und dafür kann sich

E8 ganz schön ins Zeug legen und kämpfen. Die Intensität von E8 schüchtert andere einerseits ein, was ihr den Vorwurf von aggressivem Verhalten einbringt. Andererseits hilft ihr ihr doppelter konfrontativer Zwang, sich über Hindernisse hinwegzusetzen und echte, heldenhafte Taten zu vollbringen.

### **E9 – die zurückgezogene Zugehörigkeits- und Anerkennungssuchende (0/+)**

Oberflächlich gesehen entfernt sich E9 von anderen, aber auf einer tieferen Ebene bewegt sie sich auf andere zu. Dadurch ist die E9 in einem inneren Konflikt gefangen, denn einerseits möchte sie sich von den anderen lösen und andererseits möchte sie sich gleichzeitig langfristig mit ihnen identifizieren. Ihre gewohnheitsmässige Lösung aus diesem Dilemma besteht darin, sich auf nicht bedrohliche Weise zurückzuziehen, um sich später wieder verbinden zu können. Die E9 wirkt oberflächlich betrachtet ruhig und stabil, aber ihre unterschweligen Gefühle schwingen mit der Atmosphäre, die sie umgibt, mit, was die E9 sensibel macht für die emotionalen Zustände um sie herum und dazu führt, dass sie die Werte anderer übernimmt. Dies passiert oft in Form einer passiven Duldung und täuscht darüber hinweg, dass die E9 innerlich sehr angespannt und zittrig ist, weil sie an einem instabilen Selbstwert leidet und auf Anerkennungs- und Zugehörigkeitssuche ist.

Nach diesem vertiefenden Input ermunterte uns Marianne, uns ein drittes Mal in eine Paar- oder Gruppenarbeit zu begeben. Diesmal lautete der Auftrag, mit einer oder mehreren Personen in Austausch zu treten, bei der/denen die beiden Ebenen genau umgekehrt zur eigenen funktionieren (z.B. E2 und E3) oder bei den Reinformen (E4, E6 und E8) mit einer anderen Reinform. Daraus ergaben sich wiederum interessante Gespräche mit teilweise überraschenden Einsichten.

Gesamthaft gesehen empfand ich Mariannes Referat sehr abwechslungsreich und spannend gestaltet. Sicher hatte dieses auch zur Folge, dass viele der Zuhörenden nachdenklich und mit neuen Erkenntnissen und Anregungen nach Hause gingen.

Liebe Marianne, ganz herzlichen Dank. Mit deinem Referat hast du uns alle reich beschenkt!

*Maya Bauer Brühwiler, EFch-Mitglied*

### **OM C. Parkin, Unerfüllte Liebe. Der Sog in die Scheinwirklichkeit**

Die spirituelle Dimension des Enneagramms 3. Band. Verlag advaita media Hamburg (2022)

Mit dem 3. Band hat OM C. Parkin seine Trilogie zu den drei Grundkräften des Enneagramms nun abgeschlossen: 2016 erschienen mit «Angst. Die Flucht aus der Wirklichkeit» und 2020 mit «Zorn. Der Kampf gegen die Wirklichkeit» die Bände 1 und 2.<sup>1</sup> Diese hatten je besondere Affinität zu den drei sog. Kopftypen (Angstfixierung) bzw. den drei Bauchtypen (Zornfixierung), während dieser 3. Band die Hauptfixierung der drei Emotionalen Enneatypen zum Thema macht. Wobei alle drei Themen über die jeweiligen Enneatypen hinaus von grundsätzlicher Bedeutung für uns alle sind.

Bei den auf Beziehung ausgerichteten Enneatypen ZWEI, DREI und VIER steht nun das Thema der unerfüllten Liebe im Zentrum: «Das Ich weiss nicht, was Liebe ist, es möchte geliebt werden. Dieses Ich erfährt in sich ein Gefühl von Mangel (im emotionalen Zentrum) ... hier ist der Motor für die ständige Suche nach Liebe, nach Aufmerksamkeit und Wert.» (S. 13) Daraus entsteht bei diesen drei Enneatypen eine Flucht in den Schein (Image), der schliesslich wichtiger wird als das SEIN. Der gefühlte Liebesverlust wird dabei mit unterschiedlichen Kompensationsformen bewältigt:

- Der am Enneapunkt DREI fixierte Charakter findet in der Eitelkeit Triebkraft, die Zukunft einer besseren Welt herzustellen, um dadurch Bewunderung zu finden. Echte Gefühle müssen der Präsentation eines perfekten Bildes Platz machen. Die natürliche Schöpferkraft wird missbraucht für den Aufbau einer Scheinwelt, in der das Ich sich sonnen kann: Liebe wird dabei durch Anerkennung ersetzt.
- Das Selbstbild an Punkt ZWEI besteht im Bild des unentbehrlichen Gebers, der Liebe gibt, jedoch vorgibt, selber keine zu brauchen. Emotionale Bedürftigkeit ist beschämend, der Stolz kompensiert diesen Schmerz mit dem Anspruch, endlos geben zu können: Liebe wird dadurch pervertiert, indem andere abhängig gemacht werden, während man sich selber mit dem Schein der Bedürfnislosigkeit umgibt, um dafür Aufmerksamkeit und Lob zu bekommen.
- Der an Punkt VIER fixierte Charakter sieht sich als Opfer von Zurückweisung und enttäuschter Erwartungen. Der Neid verhindert sowohl Einverstandensein mit, und das Wertschätzen von dem, was ist. Das Leiden an der dadurch installierten Illusion des Mangels verwandelt die Liebe in eine unerfüllbare Zukunft und Scheinwelt, die sehnsüchtig überall vergebens gesucht, jedoch in der Realität nirgends gefunden werden kann. Liebe wird in den fragenden Schrei verwandelt: siehst du mich, auch meinen Schmerz?

Auf dem inneren Weg geht es darum, diese Missverständnisse der Liebe zu erkennen: «Das Ich will haben» wäre der Klartext, der sich in allen drei Varianten hinter ihren manipulativen Strategien versteckt. «Der Wunsch geliebt zu werden kann als egoistische Haltung erkannt werden, die aufgegeben werden muss, um den Fluss der Liebe zu entdecken, der aus dem ungeschützten offenen Herzen entspringt.» (S. 20) OM C. Parkin beschreibt im

<sup>1</sup> Den ersten Band (Angst) habe ich in einem früheren Rundbrief besprochen und wärmstens empfohlen, den zweiten (Zorn) im Rundbrief (2021) vorgestellt – diesen jedoch mit einer Kritik, da mir nicht Zorn, sondern Wut im Zentrum der drei Bauchtypen ACHT, NEUN und EINS vorherrschend scheint, Zorn jedoch unterdrückte Wut und die emotionale Leidenschaft von Enneatyp EINS darstellt, und mir nicht der «Heilige Zorn» als seine Erlösung einleuchtet, «Heitere Gelassenheit», die nicht gegen die Wirklichkeit ankämpft.

Folgenden diese Strategien – analog der beiden andern geistig-emotionalen Säulen des Egos (Angst und Zorn) – als Positionsverschiebungen, die für den Verlust von Realität verantwortlich sind: als Verlust einer filterlosen direkten Wahrnehmung der Wirklichkeit, wie sie die *Heiligen Ideen* des Enneagramms repräsentieren.

In seinen Erläuterungen dieser falschen Identifikationen und ihrer weisheitlichen Transzendierung werden die Muster von Ennea-DREI (dem Muttertyp der Imagefixierung) und Ennea-ZWEI sehr plastisch beschrieben, während mir Parkins Charakterisierung der VIER jedoch in einem zentralen Punkt nicht einleuchtet: indem er schreibt, dieser «Schöngest» reduziere seine Aufmerksamkeit auf die schönen Dinge des Lebens, was mit einer «verarmten Wahrnehmung für die Schattenseite» einhergehe (S. 48), wird er einem wesentlichen Zug dieser Charakterfixierung nicht gerecht: Es ist doch gerade die VIER, die «innere Untiefen» NICHT meidet, sondern im Gegenteil, darin und im Schmerz des Unerfüllten zu versinken droht, nämlich für alle andern eine Zumutung zu sein (negatives bzw. ambivalentes Image).

Abgesehen von dieser kritischen Bemerkung gilt für alle drei gleichermaßen: «Wenn der Spiegel nicht mehr 'die Anderen' sind, das Ich sich abgeschminkt hat, um in der eigenen Nacktheit sich anzuschauen, dann ist die langersehnte Erfüllung der Liebe nicht mehr fern.» (S. 54). Wer seine 'Identifikationen' (Gurdjieff) aufgibt, an denen wir festhalten, lässt damit Illusionen los und landet schliesslich in der Realität, in der er Erfüllung findet in dem und in allem, was IST. Ein langer Weg, durch Stationen von Selbsterkenntnis und Loslassen, durch immer tiefere Ego-Schichten hindurch: Entmaskierungen, durch die man schliesslich zu sich selbst vorstösst, beim eigenen Selbst und auch dem wahren eigenen Wert ankommt. Es ist dies die «vollständige Einkehr in den Augenblick, mit jeder Faser des Seins» (S. 61).

«Ein schwerwiegendes Missverständnis des emotional-fixierten Menschen besteht darin, emotionalisierte Zustände, insbesondere solche höherer Intensität, mit Lebendigkeit – ja mit dem Leben selbst – zu verwechseln, ohne die Unterscheidung zwischen geistig produzierten Emotionen und wahren Gefühlen zu bemühen ... Das Finden der emotionalen Mitte ist für das emotionsfixierte Ich (*und alle neun Enneatypen kennen Aspekte davon, ergänze ich als Rezensent*) von grosser heilerischer Bedeutung, sie eröffnet den Zugang zum Herzmenschen, jene wahre Wesensart, welche zum Vorschein kommt, wenn sich die emotionale Fixierung zu lösen beginnt.» (S. 66f) In dieser emotionalen Mitte angekommen, finden diese drei Enneatypen (und auch alle sechs andern) zu emotionaler Ruhe, echten Herzensgefühlen und die ersehnte Verankerung in der eigenen Seele – und damit zu Wahrheit und Liebe.

### **Der spirituelle Weg der Transformation: uns nicht der Gnade verschliessen!**

Der zweite Teil des Buchs schöpft aus OM C. Parkins langjährigen Erfahrungen mit dem inneren Weg und der Transformationsarbeit mit dem Enneagramm.

Dieser spirituelle Weg im Anschluss an die Weisheitslehre, die als Unterströmung in vielen Kulturen zu finden ist (auch *philosophia perennis* genannt), besteht im Kern darin, ALLE Identifikationen, an die sich unsere Ego-Struktur – unser Enneatyp – klammert, zu erkennen und loszulassen. Entlang zentraler Begriffe, v.a. dem *Stolz*, der *Eitelkeit*, dem *Neid* und je ihrer Zerstörungskraft – und ausführlich auch zur *Liebe* und ihren mannigfachen Fehlformen wird dies konkret durchbuchstabiert. Zu scheinbar Vertrautem bekommt man als Lesende manch tiefere Einsichten. Ich bin sehr froh, dass Parkins 1995 gegründete *Ennealliance-Schule für Innere Arbeit* die mit dem Enneagramm mögliche Transformationsarbeit auf eine sehr radikale und konsequente Art versteht und praktiziert. Diese Arbeit mit dem Enneagramm ist leider in der aktuellen Enneagrammszene weithin vergessen bzw. unbekannt (ihr konkretes know how).

Die Botschaft der Trilogie aller drei Bände mündet in diesem 3. Band so: «Wir müssen auf diesem Weg auf sehr vieles verzichten ... Betrachte dich als Süchtigen. Ein Süchtiger muss verzichten, auf Gewohnheiten, auf die selbstproduzierte Wiederholung der immer gleichen Geschichten und Emotionen, auf die schnelle Befriedigung der Gier, auf alles Alte ... Wir müssen alles aufgeben, um alles zu bekommen. Alles verlieren, um alles zu gewinnen. Das ist für den 'habenorientierten' Mangeldenker nicht zu verstehen ... Deine angenommene Identität des Bettlers wird sich nicht verändern, so funktioniert jedes Ich. Der Bettler wird das Halten nie aufgeben, er kann nur sterben! Natürlich kannst du diesen Schwertschlag nicht selbst ausüben. Es ist der Gnade überlassen. Doch die Gnade ist keine Kraft, die uns verwehrt ist, vielmehr verwehren *wir* uns der Gnade. Das können wir ändern ... wir können uns bereit machen: Wir können in einen Zustand der Bereitschaft, der Willigkeit, der Offenheit eintauchen. Wir können aufhören, uns der Gnade zu verwehren, indem wir renitent, hartnäckig, verschlossen und eigenwillig immer wieder von Neuem die gleichen, ausgetretenen Pfade wandern. Wir können bereit werden für etwas vollkommen Neues.» (S. 223 und 220).

Ich empfehle, diesen und auch die beiden ersten Bände in Enneagrammgruppen durchzuarbeiten. Anspruchsvolle Kost, jedoch mit Aussicht auf grossen Gewinn! OM C. Parkin vergleicht es selber mit dem Kauen von trockenem Brot: «Trocken Brot ist Nahrung für Fortgeschrittene des inneren Weges. Für Anfänger gibt es mehrgängige Menüs: der noch emotionalisierte Geist ist ständig auf der Suche nach Nahrung, nach Formen der Stimulation.» (Und sei dies, ergänze ich als Rezensent: das Enneagramm unverbindlich mit immer wieder allerlei neuen Themen zu verbinden und darüber zu angeregt zu debattieren, anstatt mit ihm nüchtern und schlicht in die Tiefe – und an die eigenen Hausaufgaben heranzugehen.) Liebe ist da – ist SEIN. Sie ist still, ohne spektakuläre Gefühle oder Erleuchtungssensationen, nach denen jeder Enneatyp in seiner Weise lang vergeblich im Aussen sucht, und sich ihr so aktiv verschliesst.

Mai 2023 / Samuel Jakob / [www.enneagramm.ch](http://www enneagramm.ch)

*Samuel Jakob, EFCh-Mitglied*