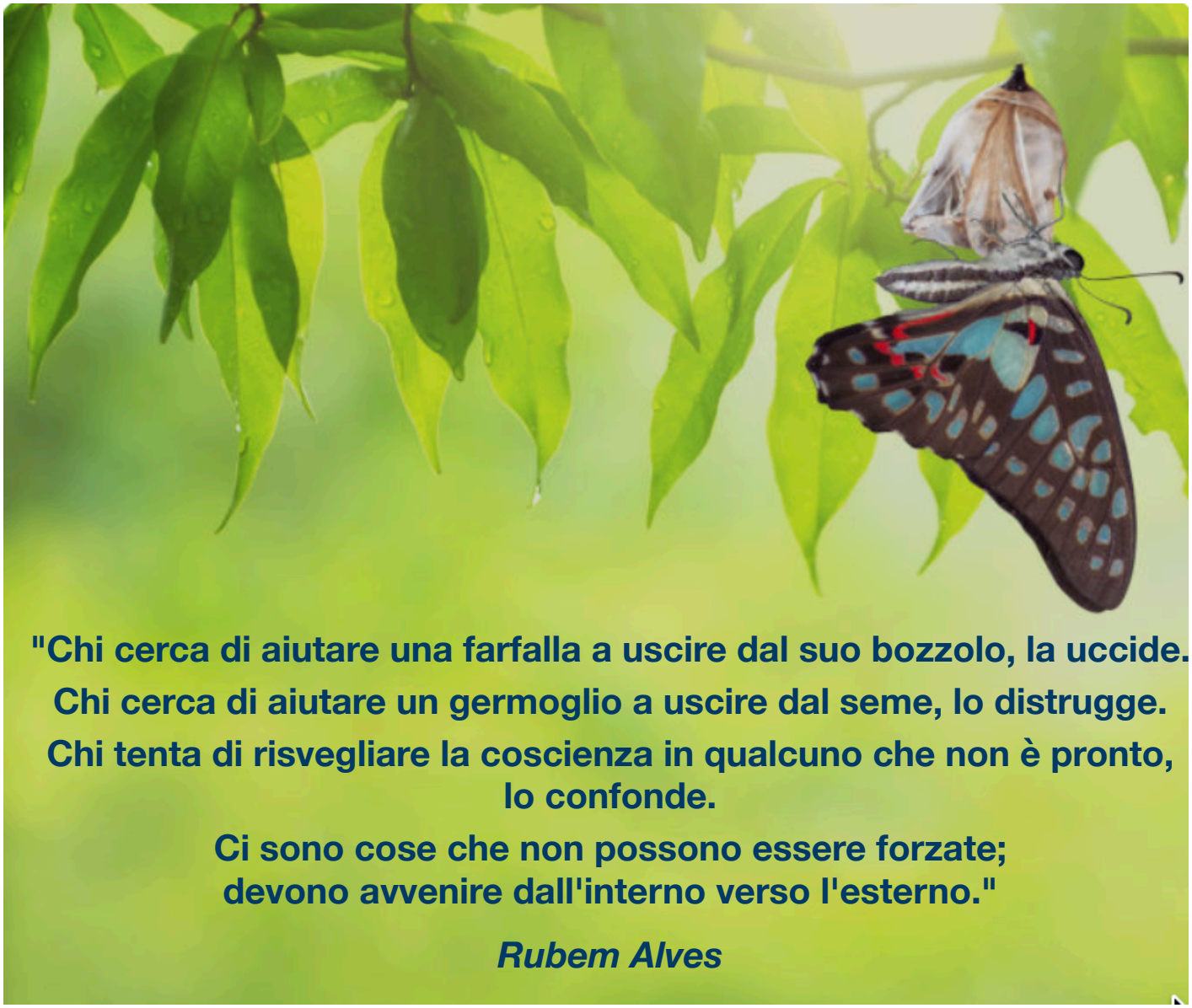
PERCHÉ CONOSCERE L'ENNEAGRAMMA

SPUNTI PER UNA CRESCITA PERSONALE CONSAPEVOLE

di Lorenza Bonazzoli



Questa citazione rappresenta senz'altro il fondamento di qualsiasi percorso di crescita personale individuale.

Ogni vita è unica e inimitabile e ogni persona può seguire solo ed esclusivamente il suo percorso, diverso da quello di chiunque altro, e con i suoi tempi.

Non esistono regole, non esistono tracce preconfezioniate, non esistono scorciatoie.

Tuttavia, la mia storia con l'Enneagramma mi ha insegnato qualcosa che vorrei aggiungere.

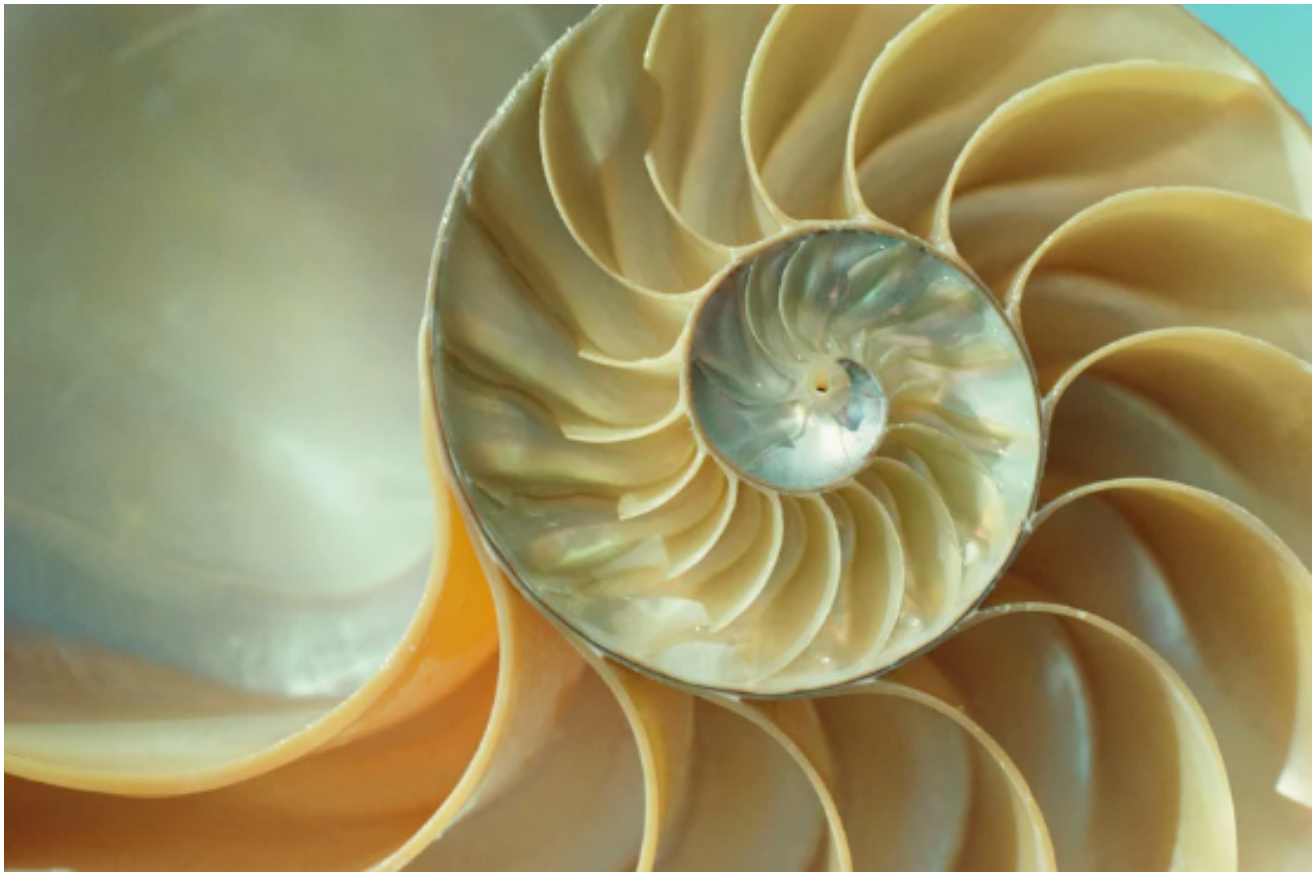
Ogni esperienza nasce da un'istanza, da un bisogno che spinge ogni essere vivente a crescere.



Come dice Roberto Pérez, a partire dai suoi studi antropologici, ciò che non cresce muore.

L’Enneagramma in questo è un grande maestro, per vari motivi legati alla sua origine e alla sua storia.

Innanzitutto perché parla di uno sviluppo dinamico e multidimensionale a partire dal centro.



Io sono al centro, responsabile della mia vita, e se voglio crescere devo percorrere la direzione evolutiva che il simbolo mi suggerisce e abbracciare tutte le esperienze che il simbolo rappresenta, in un percorso a spirale ben rappresentato nella perfezione armonica della natura.

Ma il centro è sia il punto di partenza che la meta: vivere le esperienze non significa subirle, ma portarvi consapevolezza affinché rappresentino occasioni di apprendimento per migliorare la qualità della mia esistenza.

Questo viaggio da uno dei tanti aspetti di me (**ego**) alla miglior versione di me (**Essenza**: centrata, equilibrata e consapevole) posso farlo solo io, a partire da una mia personale esigenza di crescita.



A tal proposito, l'Enneagramma è una infinita fonte di informazioni su di me e la mia esperienza nel mondo e mi aiuta a comprendere come avviare quel particolare percorso di crescita tagliato su misura per me.

Se ogni esperienza nasce da un bisogno, che sia fisico, emotivo o mentale, è importante **saper intercettare questo bisogno e sapere come soddisfarlo**.

Se ho sete e **non so** che poco distante da me c'è una fonte d'acqua, se sono al buio e **non so** che nella stanza c'è un interruttore per accendere la luce, se ho bisogno di un abbraccio e **non so** che posso chiederlo senza rischiare un rifiuto, probabilmente resterò assetato, morirò di paura nell'oscurità e crederò che nessuno voglia e possa mai confortarmi.

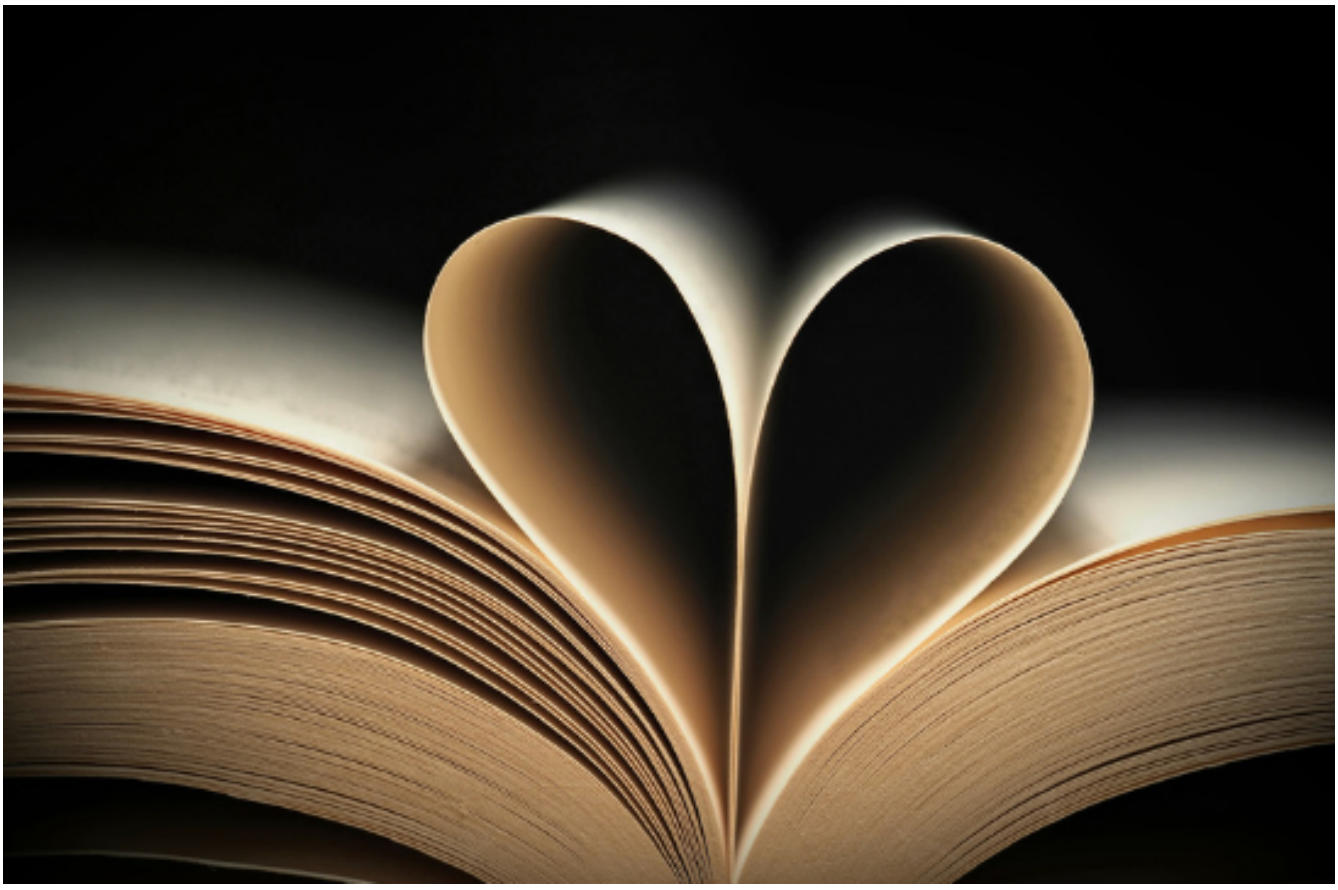


È chiaro che l'informazione non è tutto e non è sufficiente, perché poi sono libero di decidere **se e quanto mi costa** metterla in pratica, secondo il benedetto e sempiterno principio del libero arbitrio.

Direi che **l’informazione è un’opportunità in più che mi concedo per risolvere un problema.**

L’Enneagramma, in particolare modo l’Enneagramma antropologico di Roberto Pérez, fornisce tutte quelle informazioni che hanno a che vedere con le tre dimensioni dell’essere umano, il corpo, la mente e il cuore, soprattutto nella loro interattività e ci fornisce l’informazione più utile di tutte: **corpo, mente e cuore devono lavorare in sintonia ed equilibrio.**

Se non faccio quello che penso e sento, se non metto il cuore in quello che faccio e penso, se non sono lucido in quello che faccio a partire da quello che sento (tra le molteplici combinazioni di queste tre intelligenze) nessuno dei tre centri sarà davvero in armonia.



E l’armonia è alla base della vita, perché l’armonia è prima di tutto amore.

A partire da questa verità centrale, l’Enneagramma si espande ed espande le informazioni ai nove mondi che vengono tradizionalmente chiamati **Enneatipi**.

In realtà, **gli Enneatipi sono 9 visioni del mondo**, ciascuna con le sue caratteristiche, modalità comportamentali, modi di pensare, emozioni, sensazioni, ferite, meccanismi di difesa e molte, molte altre informazioni su di noi, che facciamo parte di questa grande tribù che è la famiglia umana.

Ciascuno di noi è come una galassia composta da questi 9 mondi e uno di essi è quello più grande, sta al centro ed esercita la sua forza di gravità sugli altri.



L’Enneagramma vi spiegherà (a titolo esemplificativo):

🌎 Come mai, se siete la galassia del pianeta 9,
non riuscite proprio a gestire il conflitto e preferite
sopportare piuttosto che dire la vostra

(Per me va bene tutto, non c’è problema!)

🌎 Come mai, se siete la galassia del pianeta 1,
siete dominati dal senso del dovere e non riuscite proprio a
concedervi un po’ di sano spazio personale

(Prima il dovere e poi il piacere!)

🌎 Come mai, se siete la galassia del pianeta 2,
non riuscite a fare a meno di essere disponibili e aiutare
gli altri, costi quel che costi

(Io sto bene solo quando aiuto gli altri!)

🌎 Come mai, se siete la galassia del pianeta 3,
vi sforzate senza sosta di dimostrare quanto siete efficienti
e capaci, al limite dell’esaurimento

(Io ce la faccio, non mollo!)

🌎 Come mai, se siete la galassia del pianeta 4,
siete prigionieri del vostro sentire che trascina con sé
il corpo e la mente nel turbine delle emozioni

(Se non lo sento, per me non esiste!)

🌏 Come mai, se siete la galassia del pianeta 5,
le emozioni vi spaventano e vi sentite al sicuro solo applicando la vostra amata razionalità

(Se non è logico per me non esiste!)

🌏 Come mai, se siete la galassia del pianeta 6,
siete perennemente preoccupati per qualsiasi cosa e avete una terribile paura di sbagliare

(Non ce la farò mai, se sbaglio è un disastro!)

🌏 Come mai, se siete la galassia del pianeta 7,
non riuscite ad accettare limiti alla vostra libertà e avete spesso la sensazione di essere intrappolati

(La libertà è sacra e tu sei un guastafeste!)

🌏 Come mai, se siete la galassia del pianeta 8,
siete sempre sul piede di guerra e non riuscite a controllare la vostra aggressività

(Attento a come ti muovi, dovrai passare sul mio corpo!)

Il tutto, per tutti, come se fossero questioni di vita o di morte!

Bene, cosa ne facciamo di queste informazioni?

Tutto e niente, a seconda di quanto ne abbiamo veramente bisogno!

Essere troppo accondiscendenti, rigidi, disponibili, iperattivi, ipersensibili, chiusi, ansiosi, frustrati, aggressivi è diventato un problema?

Allora tutto ciò che posso sapere di me, che ancora non so, può essere utile.

Non ho nessuno di questi problemi?

Ho qualcuno di questi problemi ma sono convinta/o di non avere bisogno di queste informazioni?

Ho qualcuno di questi problemi ma sono convinta/o che niente e nessuno mi possa aiutare?

La lista è infinita e ognuno decide per sé.

Ma almeno decide consapevolmente, in base a quello che oggi sa e prima non sapeva.

Ecco, appunto, a cosa serve l'Enneagramma!

