di Andrea Pellegrino

a filosofia e il pensiero spirituale di

ogni cultura e religione si avvalgono di quel linguaggio universale costituito dai simboli. Attraverso questi, i concetti più variegati vengono esplicati sotto forma di immagine. Un simbolo che ancora oggi mantiene la sua aura di mistero è quello dell'Enneagramma, una figura geometrica di origine persiana che veniva utilizzata nei percorsi iniziatici del sufismo. In questo simbolo sono riunite molte tradizioni filosofiche, spiritua-

li e religiose e oggi viene applicato allo studio della psicologia umana. In questo ambito l'En-



LAGEOMETRIA DELL'ANTIMA

neagramma si può considerare come un potente mezzo di sviluppo dell'uomo che descrive novi tipi di personalità e il rapporto che intercorre tra di loro. Tale sistema ha lo scopo di farci conoscere a quale tipologia psicologica apparteniamo e, di conseguenza, indaga meglio la nostra personalità e quella delle persone che ci circondano entrando in sintonia con l'ambiente esterno.

LA STORIA

La parola Enneagramma deriva dal greco ennea (nove) e gramma (segno). Il disegno è costituito da una stella a nove punte inscritta all'interno di un cerchio. Questo modello appartiene al sufismo che lo applica allo sviluppo della sua cosmologia e alla corrispondente evoluzione della coscienza umana. Il sistema dell'Enneagramma è molto sofisticato e, in alcuni punti, ha delle analogie con l'Albero della Vita cabalistico.

La stella a nove punte espri-

I sufi chiamavano
l'Enneagramma "Il volto di
Dio". Essi immaginavano che
nel cammino di liberazione,
l'uomo divenisse sempre
più bravo ad abbandonare la
propria posizione per osservare
la vita da un altro punto di
vista. Osservare il mondo
con gli occhi di Dio significa
essere capaci di 'indossare
tutte le nove paia di scarpe',
ovvero osservare la realtà da
tutte e nove le angolazioni che
compongono l'Enneagramma

George Ivanovich Gurdjieff, il maestro che a lungo ha

studiato il sufismo

56



me il rapporto tra due leggi fondamentali della mistica: la legge del Tre (trinità), che si riferisce alla tre forze presenti all'inizio di ogni evento, e la legge del Sette, che governa la successiva evoluzione dell'evento nel mondo fisico. La legge del Tre è simboleggiata dal triangolo più interno all'Enneagramma, che suggerisce che per la creazione sono necessarie tre forze. Questa idea si conserva nella Trinità Padre, Figlio e Spirito Santo, e nella Trimurti induista composta da Brhama, Visnu, e Shiva. Le tre forze possono essere viste come creativa, distruttiva e conservativa.

Nel mondo occidentale il lavoro psicologico attraverso l'Enneagramma venne importato da George Ivanovich Gurdjieff, un maestro spirituale che studiò a lungo il sufismo e la sua parte più esoterica. Egli lo usava per individuare la forma di lavoro interiore più adatta ai suoi studenti.

Il fondamento sul quale si basa il sistema dell'Enneagramma parte dal presupposto che ciò che chiamiamo "me stesso" è solo una fase, un momento dello sviluppo umano. I nostri pensieri e le nostre emozioni altro non sono che un punto di partenza per comprendere la fase successiva del nostro sviluppo e in quale direzione la nostra personalità si sta dirigendo. In questa prospettiva i nostri comportamenti nevrotici devono essere visti come dei maestri e dobbiamo acquisire la capacità di ascoltarli in quanto ci conferiscono la possibilità di apprendere quale sia la nostra prossima fase di sviluppo. Conoscere il tipo psicologico al quale apparteniamo è importante in quanto ci consente di instaurare un rapporto attivo con noi stessi. È un modo per uscire dal nostro punto di vista individuale e capire come si presenta veramente il mondo che ci circonda e le persone che ne fanno parte al di là dell'idea che ci siamo fatti di loro. Possiamo inoltre far tesoro delle esperienze delle persone appartenenti al nostro stesso tipo per scoprire come crescere, invece di continuare a obbedire ai nostri modelli nevrotici. È inoltre importante riuscire a capire come gli altri vedono loro stessi invece di osservarli solo dal nostro punto di vista. }}}

L'ENNEAGRAMMA È UN POTENTE MEZZO DI SVILUPPO DELL'UOMO CHE DES CRIVE NOVE TIPI DI PERSONALITÀ

19 19 19

A destra il libro di Andrea Pellegrino (nell'immagine in basso) "Anatomia Occulta. L'iconologia del corpo umano nelle scienze esoteriche" (Anima Edizioni).

OSSERVATORE INTERNO

In molte discipline tradizionali è presente un tipo di lavoro interiore che si basa sull'autosservazione. Il suo scopo è quello di individuare i propri modelli meccanici e abituali per capire da dove questi hanno origine causando determinate preoccupazioni che si presentano alla mente, spesso in maniera

continuativa. Riuscire a descrivere i propri modelli di pensiero e gli schemi emotivi che ci intrappolano come un osservatore distaccato li rende meno automatici. Con questa pratica i pensieri pian piano si distaccano da noi e vengono vissuti come elementi esterni. Ecco che le preoccupazioni personali assumono una forma estranea alla nostra persona, che le osserva come un qualcosa di negativo e fastidioso del quale doversi liberare. Tutto

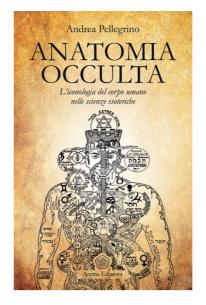
questo costituisce la sottile ma fondamentale differenza tra "ciò che sto pensando" e "ciò che realmente sono". Con la pratica si arriva al punto nel quale l'identificazione con l'io osservante diventa sempre più forte e, una volta raggiunto questo livello, si riescono a osservare pensieri e sensazioni senza che queste influiscano negativamente sul nostro stato d'animo.

GLI AMMORTIZZATORI PSICOLOGICI

Gurdjieff affermava che nascondiamo a noi stessi i lati negativi del carattere mediante un complesso sistema di ammortizzatori psicologici, ovvero veri e propri meccanismi di difesa che comportano il rischio di non farci vivere la nostra vera personalità. I principali meccanismi

> di difesa applicati ai tipi dell'Enneagramma sono, dall'uno al nove:

formazione reattiva, rimozione, identificazione, introiezione, isolamento, proiezione, razionalizzazione,



NEL CORSO DELLA VITA ACQUISIAMO UN CARATTERE CHE È INFLUENZATO DALLE CONVENZIONI SOCIALI

diniego e narcotizzazione. Tutti questi meccanismi di difesa costituiscono il vero ostacolo per riconoscere il tipo psicologico al quale apparteniamo. Gli ammortizzatori infatti ci portano a vedere la realtà in maniera diversa, a spostare l'attenzione dal vero problema che ci affligge creando dei meccanismi di difesa che distorco-

no la realtà e il modo in cui da noi viene percepita.

LA PERSONALITÀ ACQUISITA

Secondo Gurdjeff c'è una differenza enorme tra la vera personalità, ovvero quella che nel linguaggio spirituale si definisce il vero sé, e il carattere che acquisiamo nel corso della vita. Quest'ultimo infatti è fortemente influenzato dai modelli di sviluppo, dai condizionamenti dovuti all'educazione.

alle convenzioni sociali e agli schemi mentali. La vera personalità invece costituisce la nostra natura essenziale, ciò che si possiede di per sé.

LE PASSIONI

L'Enneagramma identifica nove caratteristiche emotive principali parallele ai sette peccati capitali della dottrina cristiana (più vanità e paura ai punti tre e sei). Esotericamente parlando queste abitudini si sono sviluppate con la perdita dello stato di grazia e la caduta dell'uomo nel mondo materiale. In questo si può notare un parallelismo con la dottrina cabalistica dell'albero della vita. Queste passioni si formano nei primi anni di vita e restano ancorate alla nostra personalità. Se lo sviluppo è armonico, le passioni vengono vissute con leggerezza e non costituiscono un problema. Ma se si incorre in situazioni di squilibrio le passioni possono costituire il trampolino di lancio per lo svilupparsi di ossessioni e indebolimento della nostra capacità di osservazione.



STRUTTURA DELL'ENNEAGRAMMA

I nove tipi psicologici

Il perfezionista. Critico verso se stesso e verso gli altri. Sicuro che ci sia un modo giusto. Si sente eticamente superiore. Procrastina per paura di sbagliare.

Il donatore. Chiede affetto e approvazione. Vuole ottenere amore e riconoscimento rendendosi indispensabile. Votato a soddisfare i bisogni dell'altro. Può essere manipolativo, aggressivo, seduttivo.

L'esecutore. Vuole essere amato attraverso i fatti e i risultati. Competitivo, ossessionato dalla propria immagine di vincitore e dalla corrispondente posizione sociale. Maestro dell'apparenza.

Il romantico-tragico. Attratto da ciò che è irraggiungibile. Il suo ideale non è mai qui e ora. Tragico e malinconico. Ha un temperamento artistico e sensibile. Si blocca su un amore lontano, sulla perdita di un amico. Questo tipo psicologico è propenso all'ascolto e all'aiuto del prossimo.

L'osservatore. Mantiene una distanza emotiva dagli altri. Protegge il privato, non si fa coinvolgere. Fare a meno è la sua difesa contro il

coinvolgimento. L'impegno e i bisogni degli altri lo prosciugano. Distaccato dalle persone, dai sentimenti e dalle cose.

Lo scettico. Timoroso, roso dall'indecisione. Procrastinatore. il pensiero sostituisce l'azione. Ha paura di agire perché esporsi significa venire attaccati. Sposa le cause perse, non autoritario.

L'ottimista. La sua gioia di vivere e la sua energia lo rendono attraente. Estroverso, creativo, aperto alle opportunità e al confronto. Egocentrico, ama la varietà di espe-

LE PASSIONI POSSONO POSSONO **COSTITUIRE IL TRAMPOLINO** DI LANCIO PER LO SVILUPPARSI DI OSSESSIONI E INDEBOLIMENTO DELLA CAPACITA DI OSSERVAZIONE

rienze e confronti.

UE-SITA

Capo

6

Entusiasta

Il capo. Personalità forte, idealista, orientata al lavoro. Ha un forte senso della giustizia ed è molto combattivo quando si tratta di difendere un suo ideale. A volte però può anche essere autoritario e aggressivo, controllando tutto e tutti.

ono sesista Investigation.

Mediatore

CORPO

FOCOLA:

Il mediatore. Persona amabile, pacata, che diffonde senso di tranquillità e affidabilità. Non critica né giudica le persone ma piuttosto

> cerca di portare la riconciliazione e la pace laddove è presente un conflitto o una tensione. Diplomatico, sincero e amorevole.

> Conoscendo l'Enneagramma è possibile elaborare meglio i nostri rapporti e le dinamiche delle relazioni: in ambito lavorativo; tra genitori e figli; tra uomini e donne; di amicizia; di gruppo. Ma soprattutto l'Enneagramma è uno strumento utilissimo per l'autoconoscenza e la consapevolezza di sé.

> > Andrea Pellegrino

Sopra. la ricostruzione grafica dell'Enneagramma. La stella a nove punte esprime il rapporto tra due leggi fondamentali della mistica: la legge del Tre (trinità) e la legge del Sette.

Perfectionists