A. H. Almaas

LE CHIAVI
dell'
ENNEAGRAMMA

Liberare le potenzialità più alte di ciascun tipo di personalità

In un mondo ordinario di dualità e frammentazione, in cui la coscienza vive intrappolata senza avere idea di come liberarsi dalle fissazioni della personalità, le chiavi di lettura fornite da Almaas si rivelano strumenti preziosi per accedere al nucleo di un reale lavoro sull'enneagramma, nella prospettiva evolutiva del Diamond Approach.

Casa Editrice Astrolabio

Premessa

Nel momento in cui scrivo sta accadendo qualcosa di inaspettato. L'enneagramma, parte di un antico insegnamento sullo sviluppo interiore degli esseri umani, è riemerso dall'oscurità e sta ricevendo crescente attenzione da parte di un ampio pubblico. Una volta era conosciuto soltanto all'interno di specifiche scuole spirituali, oggi invece è divenuto quasi popolare. Gli articoli sull'argomento, in internet e su diverse riviste, sono ormai talmente diffusi che chiunque abbia un pur minimo interesse verso la psicologia o la spiritualità lo ha probabilmente sentito nominare. Emergono con sempre maggiore frequenza nuove pubblicazioni a riguardo, e decine di persone si presentano come maestri e guide nel mercato sempre più ampio dell'enneagramma. Da un lato è un fatto incoraggiante, e potrebbe riflettere un genuino desiderio di conoscenza di sé in una società in balìa di messaggi confusi, e a volte contraddittori, su chi siamo e cosa sia realmente la vita. Ma questa riscoperta popolarità ha anche un prezzo.

Le basi dell'enneagramma sono abbastanza facili da capire, il che può in parte spiegare la sua rapida diffusione. Si impara che questo sistema descrive nove tipologie umane, e dopo aver studiato ciascun tipo si può riflettere e decidere a quale di questi ci sentiamo più affini. Le persone rimangono spesso meravigliate di quanto l'enneagramma descriva accuratamente non solo i comportamenti esterni, ma anche alcu-

ne motivazioni interiori. Sentirsi capiti in questo modo può essere sorprendente. Si può poi cercare di capire a quale tipo corrispondano i membri della nostra famiglia, gli amici, le persone amate; per non parlare delle celebrità o dei personaggi storici che ammiriamo. Ci sembra di aver ricevuto una nuova, straordinaria lente attraverso cui vedere gli altri con maggiore accuratezza. Ma via via che ci addentriamo in profondità, ci accorgiamo che il sistema è un po' più complesso di quanto pensassimo, e che ci sono molti aspetti e diverse teorie all'interno dell'enneagramma. Ci si può sentire incredibilmente emozionati nel condividerle con compagni di studio entusiasti dell'enneagramma, ma anche confusi dalle diverse prospettive sul sistema, a volte conflittuali, che circolano nell'ambiente. Ci si chiede se ci sia dietro qualcosa di più.

Proseguendo nell'esplorazione, arriviamo a renderci conto che pur essendoci molte descrizioni interessanti dei nove tipi, conoscerle non conduce necessariamente ad alcun cambiamento o sviluppo. A questo punto, alcuni si sentono frustrati dall'enneagramma e passano ad altri interessi, altri invece continuano con soddisfazione a discutere di teorie riguardo ai tipi. Altri ancora imparano addirittura a usare la conoscenza acquisita per *evitare* di venire influenzati da eventuali realizzazioni più profonde su se stessi. È più facile sembrare 'esperti' dell'argomento che continuare ad addentrarsi nel territorio della vera conoscenza di sé e nei sentimenti che questa può far emergere. Ma alcuni di noi non possono fare a meno di approfondire il mistero, e cominciano a esaminare gli ulteriori livelli a cui si può accedere tramite questo lavoro.

Può allora colpirci una verità più grande. L'enneagramma, nel suo significato originale, non è mai stato un 'sistema di catalogazione' degli esseri umani. Vediamo infatti che c'è

qualcosa di vero e di utile nel riconoscere gli schemi dei tipi, ma è importante ricordare che questi *non riflettono la nostra vera identità*. Sarebbe più accurato dire che la consapevolezza degli schemi del tipo ha la potenzialità di risvegliarci alla più profonda realizzazione di chi e cosa siamo, al di là di tali schemi. Ma ciò non accade semplicemente studiando intellettualmente i tipi, o continuando a raccontare a noi stessi e agli altri storie riguardo alla nostra appartenenza al tipo. Discutere il nostro tipo può essere utile, ma solo se al servizio di un processo più centrale: ciò che viene tradizionalmente chiamato 'lavoro interiore'. Per capirne il significato può essere utile esaminare il contesto di questo sistema.

Esplorando le radici dell'enneagramma, non troviamo un'unica chiara strada che ci conduca ad esso. Piuttosto, vediamo come insegnamenti che vi sono connessi siano comparsi e si siano intrecciati l'uno con l'altro in modi diversi nel corso della storia, sin dai tempi delle civiltà pre-classiche del mondo antico. Cominciamo a capire che al di là delle descrizioni dei tipi, l'enneagramma fa parte di una vasta struttura filosofica che osserva la natura della psiche umana e il suo ruolo in un più vasto cosmo. Alcuni elementi dell'enneagramma provengono da insegnamenti dell'antico Egitto e della Mesopotamia, che si ritrovano poi nelle espressioni mistiche delle tre religioni profetiche dell'Occidente: l'ebraismo, il cristianesimo e l'islam. Altri elementi appaiono in maniera molto vivida nell'ascesa della filosofia greca, risalendo fino ai presocratici come Pitagora, e nel pensiero di Socrate, Platone e delle scuole neoplatoniche che prosperavano durante l'Impero romano. Alcuni elementi si sono inseriti nelle tradizioni ermetiche del Medioevo e del Rinascimento, nonché nei misteri della Cabala ebraica, di alcune scuole sufi del nord, e nelle tradizioni monastiche contemplative del cristianesimo.

Si può notare che, pur facendo parte di consolidate tradizioni religiose e filosofiche della civiltà occidentale, questi insegnamenti non erano di dominio pubblico. Diversi aspetti venivano coltivati e preservati nelle scuole spirituali, e di solito erano conosciuti soltanto al loro interno. Ma un aspetto centrale di tutti questi insegnamenti era la *necessità di praticare*. Non si trattava di speculazioni intellettuali, bensì di frutti generati da persone genuinamente dedite a pratiche spirituali per lunghi periodi di tempo. In altre parole, gli insegnamenti dell'enneagramma riguardo ai tipi servivano ad accompagnare pratiche psicologiche e spirituali per lo sviluppo della coscienza. Nel nucleo di queste tradizioni vi era la necessità di coltivare la *presenza*, che è in realtà al centro della maggior parte degli insegnamenti mistici. A mio parere, l'enneagramma senza il fulcro della presenza non è vero enneagramma.

Per capire davvero la portata di ciò che impareremo in questo libro, dobbiamo riconoscere che l'autentico lavoro del moderno enneagramma contiene tre elementi principali: il simbolo, la tipologia e il sistema di pratiche che si trovano alla sua base. Più siamo consapevoli di queste tre componenti, più il lavoro con l'enneagramma sarà fruttuoso.

Il simbolo fu originariamente portato all'attenzione del mondo moderno dal grande maestro spirituale Georges Gurdjieff, che iniziò a insegnarlo ai suoi studenti in Russia all'inizio del ventesimo secolo e in seguito in Francia, nel Regno Unito e negli Stati Uniti. Anche se Gurdjieff impartì molti insegnamenti sul simbolo e i suoi significati, non lo usò in congiunzione con il sistema dei nove tipi. Se pure era a conoscenza di questa correlazione, si rifiutò di insegnarla ai suoi studenti. Insegnava l'enneagramma come un mandala per illustrare determinati elementi chiave della coscienza umana. Comprendere il simbolo era un modo per aprire il pensiero dualistico a una modalità che aumentasse la percezione della realtà come totalità dinamica. Gurdjieff descriveva i tre componenti del simbolo – il cerchio, il triangolo e la forma esagonale – come le basi di tre leggi fondamentali della coscienza: la Legge dell'Uno, la Legge del Tre e la Legge del Sette. In breve, la Legge dell'Uno ci ricorda l'unità dell'esistenza, quella del Tre si occupa di come i singoli fenomeni si manifestino per poi tornare al terreno fondamentale dell'unità, mentre la Legge del Sette studia il modo in cui tutto ciò che si manifesta all'interno dell'unità viene sottoposto a costanti processi e cambiamenti secondo le leggi universali. Mettendo insieme queste prospettive, si comprende che Gurdjieff usava il simbolo per affrontare gli insegnamenti non duali in un modo che preservasse il senso di fondamentale unità della realtà in relazione con i diversi e mutevoli fenomeni percepiti attraverso i sensi.

Insegnava anche il simbolo come mappa di qualunque processo completo, nonché come modo per comprendere le complesse interazioni tra gli esseri viventi. Così, pur non insegnando i nove tipi, Gurdjieff portò di fatto alla luce molti insegnamenti legati al lavoro con l'enneagramma, compresi i concetti di 'essenza' e 'personalità', legati all'idea che nello stato ordinario di coscienza in cui ci troviamo siamo addormentati nei confronti di noi stessi e della realtà più vasta. Fu lui, inoltre, a introdurre il concetto dei 'centri dell'intelligenza': l'intelligenza istintiva del corpo, quella emotiva del cuore e quella cognitiva della testa, concetti cruciali per imparare a usare davvero questa conoscenza per lo sviluppo e la maturazione. Si può correttamente affermare che gran parte della struttura filosofica alla base dell'enneagramma sia stata presentata da Gurdjieff.

Egli considerava l'enneagramma parte di un più ampio corpo di insegnamenti che chiamava Quarta Via, e sicuramente considerava il simbolo di utilità limitata per chi non

conoscesse l'orientamento generale della Quarta Via. Questa nozione di risveglio si basa sull'idea di lavorare con i centri dell'intelligenza. Gurdjieff insegnava che ciascuna delle principali vie di liberazione è legata al lavoro su uno di questi centri. La 'prima via' ha a che fare con la padronanza degli istinti del corpo, la 'seconda via' riguarda la trasformazione delle emozioni in qualità del cuore più profonde ed essenziali, mentre la 'terza via' è incentrata sulla padronanza degli incessanti pensieri che ci agitano, nonché sull'apertura alla quiete immacolata e al silenzio della mente più profonda. Gurdjieff insegnava anche che tutte e tre queste vie sono state disponibili nel corso della storia a chi ricercava il divino in modo serio, ma sottolineava come tutte e tre fossero in qualche modo vie di rinuncia, che richiedevano di abbandonare la maggior parte degli interessi terreni, se non tutti. Richiedevano solitudine o vita monastica. Egli affermava però che esisteva una 'Quarta Via', che richiedeva una conoscenza molto più sviluppata e un sistema di pratiche, poiché implicava un lavoro su *tutti e tre i centri contemporaneamente*: corpo, cuore e mente. Inoltre, la Quarta Via era intesa come uno stile di vita, e non un percorso monastico, ma andava praticata con la stessa devozione e lo stesso zelo che ci si aspetta quando si entra in un monastero. Infine, sottolineava che la Quarta Via non è sempre accessibile, bensì compare in determinati periodi storici come una specie di 'aiuto' offerto quando l'umanità si trova a un bivio cruciale, da lui chiamato 'punto di shock', come stava accadendo in quel momento storico. Potremmo dire che se l'enneagramma può essere usato in diversi modi, il suo nucleo e obiettivo originario facevano parte di un più ampio scopo e orientamento della Quarta Via. Gli insegnanti che ne sono consapevoli emanano un certo 'aroma', trasmettono qualcosa che va al di là delle informazioni sui tipi dell'enneagramma.

Le tipologie associate all'enneagramma furono presentate al mondo dal maestro boliviano Oscar Ichazo, fondatore della scuola di Arica. Al pari di Gurdjieff, Ichazo usò l'enneagramma per fornire una cornice al lavoro degli studenti impegnati a lungo termine in pratiche spirituali e all'interno delle strutture di una scuola spirituale. Arricchì di molte intuizioni brillanti e magistrali il corpo degli insegnamenti legati al simbolo, e possiamo ragionevolmente affermare che il moderno movimento dell'enneagramma senza di lui non sarebbe esistito.

Uno dei più grandi contributi di Ichazo è stata un'impresa non da poco: raccogliere diversi schemi dell'anima tra loro collegati, appartenenti alle più grandi tradizioni spirituali del mondo, all'interno del simbolo dell'enneagramma. Non solo attinse a una conoscenza profonda di questi e altri schemi, ma fu in grado di posizionare i loro elementi nell'ordine corretto intorno ai nove punti del simbolo, seguendo forse il suggerimento di Gurdjieff secondo cui, posizionando correttamente qualsiasi insieme di fenomeni sul simbolo, essi potranno essere osservati da nuove prospettive. Attinse da insegnamenti del buddhismo esoterico, del taoismo e di altre tradizioni orientali, ma soprattutto da dottrine esoteriche occidentali, principalmente la Cabala, le tradizioni monastiche dei Padri del deserto cristiani, gli insegnamenti neoplatonici sull'anima di Plotino e di altri, nonché da alcune pratiche e metodi di trasmissione provenienti dalla tradizione più interna del sufismo.

L'interesse di Ichazo si spingeva molto al di là della descrizione dei tipi di personalità, e identificò numerosi elementi della natura e della coscienza umana sul simbolo dell'enneagramma, che chiamò 'enneagono'. Creò in tutto 108 enneagoni, ciascuno dei quali rivela specifici insegnamenti sul sé e la realtà. Il movimento moderno dell'enneagramma

si basa quasi interamente su quattro di questi enneagoni: l'enneagono delle passioni, quello delle virtù, quello delle fissazioni e quello delle idee sacre. Aggiungo che in gran parte del settore dell'enneagramma, le virtù e le idee sacre non vengono incluse, anche se dal punto di vista della Quarta Via sono lo scopo principale dello studio del sistema.

La base dell'enneagono delle passioni deriva in gran parte dalle prime comunità monastiche del mondo cristiano: i Padri del deserto egiziani. Ciò è significativo, perché il loro lavoro ci offre un indizio sul significato e sullo scopo originario del materiale relativo ai tipi. Molto di ciò che sappiamo circa le pratiche di questi primi monaci cristiani deriva da Evagrio Pontico, un teologo cristiano che descrisse preghiere e meditazioni in cui i monaci si impegnavano e la loro scoperta degli otto 'peccati', contro cui lottavano sforzandosi di sviluppare e mantenere un legame interiore con Dio. Questi peccati non erano visti come attività malvagie, bensì come distrazioni dagli esercizi, modi in cui si poteva perdere la presenza e la consapevolezza diretta della realtà divina interna ed esterna. Nel tempo, i monaci diedero diversi nomi a questi modi di 'mancare il bersaglio'. Alcuni documenti storici ne riportano diverse varianti, ma i modi più comuni con cui venivano definiti erano 'rabbia' o 'ira', 'orgoglio', 'vanità' o 'vanagloria', 'invidia', 'avarizia', 'gola', 'lussuria' e 'pigrizia', detta anche 'accidia' o 'tristezza'. Evagrio descrisse anche ampiamente una nona condizione problematica, che venne ulteriormente discussa e illustrata da teologi più tardi, quali Pseudo-Dionigi l'Areopagita, e in seguito definita 'dubbio' o 'mancanza di fede'. Come potrete notare, alcune di queste afflizioni sarebbero poi divenute i sette peccati capitali del cristianesimo, anche se originariamente erano otto o nove.

Possiamo ora comprendere meglio il lavoro di Ichazo, che utilizzò i nove punti del simbolo dell'enneagramma come una mappa di alcune caratteristiche della coscienza più elevata; delineò inoltre, ispirato dal lavoro di Padri e Madri del deserto, le condizioni psicologiche derivanti dalla perdita di contatto con queste esperienze dirette della presenza, creandone una mappa nell'enneagono delle passioni (i peccati capitali) e delle fissazioni (la visione della realtà limitata e bloccata creata dall'io). Pertanto, ciascun punto non rappresentava un'affermazione finale su una persona, bensì l'indicazione di un particolare modo di dimenticare la presenza, e di conseguenza la vera natura, la vera identità. Ichazo è riuscito a compiere questa incredibile impresa probabilmente associando la sua zelante erudizione a un profondo intuito. C'erano stati comunque precedenti insegnamenti spirituali da cui è presumibile che abbia tratto spunto. Nel cristianesimo medievale, i teologi che erano stati esposti alle idee di Evagrio riguardo ai peccati cercarono di determinarne il corretto ordine, e anche papa Gregorio I si avvicinò a descrivere la sequenza che troviamo nell'enneagramma. È probabile che Ichazo abbia tratto importanti intuizioni su determinati schemi dall'albero della vita nella Cabala, una fonte che spesso cita come ispirazione. Il risultato di questi sforzi fu il corretto posizionamento delle nove energie dei tipi attorno al simbolo dell'enneagramma.

In una certa misura, la tipologia e il simbolo possono essere compresi a un livello intellettuale, e in alcuni ambienti della comunità dell'enneagramma le cose si fermano lì. Ma il terzo elemento, il sistema di esercizi che ne è alla base, è un'altra storia. Il mio punto di vista è che l'enneagramma non possa prendere vita e assisterci nello sviluppo senza questa terza componente vitale. Ed è qui che l'importanza di A. H. Almaas e del lavoro descritto in questo libro diventa centrale ed evidente.

Indice

Premessa . . . . . pag. 7
Prefazione del curatore . . . . . » 22
Introduzione . . . . . » 26

1. La chiave dell'enneatipo . . . . . » 37
2. Punto Otto. Pura forza . . . . . » 50
3. Punto Sei. Volontà personale . . . . . » 65
4. Punto Due. L'amore fusionale . . . . . » 80
5. Punto Uno. Brillantezza . . . . . » 93
6. Punto Tre. Essenza personale . . . . . » 106
7. Punto Quattro. Identità essenziale . . . . . » 122
8. Punto Sette. Il veicolo del piacere . . . . . » 135
9. Punto Nove. Amore illimitato . . . . . » 151
10. Punto Cinque. Guida di diamante . . . . . » 164

Postfazione . . . . . » 180
Appendice 1. Accedere al bambino dell'anima . . . » 186
Appendice 2. Risorse e riferimenti . . . . . » 190
Appendice 3. Diagrammi dell'Enneagramma degli ideali e dell'Enneagramma degli evitamenti » 192
Ringraziamenti . . . . . » 193
Indice analitico . . . . . » 194

A. H. Almaas

LE CHIAVI DELL'ENNEAGRAMMA

Liberare le potenzialità più alte di ciascun tipo di personalità

Portato in Occidente da G. I. Gurdjieff e sviluppato in direzioni diverse da Oscar Ichazo e Claudio Naranjo, il simbolo dell'enneagramma trova in Almaas la sua dimensione di ricerca più spirituale, quella cioè dell'enneagramma delle idee sacre, le nove visioni illuminate della realtà che corrispondono ai nove enneatipi.

Completamento ideale proprio dell'*Enneagramma delle idee sacre*, questo volume mette in luce come alla radice di ogni enneatipo vi sia la disconnessione dall'Essere e quindi dalla corrispondente idea sacra. Ciascun enneatipo sviluppa dunque una visione illusoria della realtà che conduce alla fissazione della personalità, e induce ad adottare determinate strategie e comportamenti. Attraverso le chiavi di lettura fornite dal testo, si comprende che tali manifestazioni sono plasmate dalla convinzione che ci sia un modo ideale di operare e apparire: l'ideale dell'io, cioè un costrutto mentale di funzionamento ottimale verso cui l'enneatipo si orienta per compensare la disconnessione. Almaas descrive le qualità spirituali che i nove ideali dell'io inconsciamente imitano, ovvero gli stati dell'essere che danno forma e colore alla coscienza dall'interno. Se riconosciute e impersonate, tali qualità attenuano l'orientamento fissato dell'enneatipo e aprono la strada al ritrovamento del vero terreno spirituale della realtà.

L'autore illustra le specifiche relazioni interiori tra gli stati essenziali dell'anima, la perdita di contatto con tali stati che si percepisce durante l'infanzia e le difese psicologiche che sorgono per nascondere questa solo apparente perdita delle qualità essenziali. Si tratta di schemi specifici che costituiscono il nucleo di ogni lavoro sull'enneagramma.

Le chiavi dell'enneagramma qui consegnate al lettore sono strumenti di lavoro per navigare con intelligenza nel tempestoso mare delle apparenze e rivelare la fissazione del proprio enneatipo, liberarsi e aprirsi ad altre modalità di espressione dello spirito eterno: la completa liberazione dalle fissazioni permette di avvicinarsi ad altre manifestazioni della vera natura, una delle quali è il mondo non duale.

* * *

A. H. Almaas, pseudonimo di A. Hameed Ali, nato in Kuwait nel 1944, ha studiato Fisica alla University of California, Berkeley, prima di scegliere di dedicarsi interamente all'indagine degli aspetti psicologici e spirituali della natura umana. Ha conseguito poi un dottorato in Psicologia specializzandosi in terapia reichiana. Ha fondato il Diamond Approach, un insegnamento sviluppatosi dall'incontro tra le antiche tradizioni spirituali e le moderne teorie psicologiche.

In questa stessa collana sono già stati pubblicati *La pratica della presenza* e *L'enneagramma delle idee sacre*.