

MEZI DUŠÍ A DUCHEM

Enneagram a křesťanská spiritualita

Michal Petr, Denisa Červenková



TRITON



TRITON
Praha / Kroměříž

Michal Petr
Denisa Červenková

MEZI DUŠÍ A DUCHEM
Enneagram a křesťanská spiritualita

MEZI DUŠÍ A DUCHEM

Enneagram a křesťanská spiritualita

Michal Petr, Denisa Červenková

Michal Petr, Denisa Červenková

Mezi duší a Duchem

Enneagram a křesťanská spiritualita

Tato kniha ani žádná její část nesmí být kopírována, rozmnožována a ani jinak šířena bez písemného souhlasu vydavatele.

Copyright © Michal Petr, Denisa Červenková, 2015

© Stanislav Juhaňák – TRITON, 2015

Cover illustration © Hanka Havlová, 2015

Cover design © Renata Brtnická, 2015

Vydal Stanislav Juhaňák – TRITON,

Vykáňská 5, 100 00 Praha 10,

www.tridistri.cz

ISBN 978-80-7387-897-9

OBSAH

Předmluva	11
Proč kniha o enneagramu v kontextu křesťanské spirituality?	14
Psychologie a křesťanská spiritualita – dva pohledy na člověka	19
Enneagram a křesťanská spiritualita	20
Enneagram a kontemplativní modlitba	23
Vnitřní hrad	26
Vznik a vývoj osobnosti	31
Osobnost jako omezení?	33
Vnitřní pozorovatel	35
Co je enneagram?	37
Mapa není krajina	39
Aplikace enneagramu	40
Typ a lidská jedinečnost	42
Tři centra inteligence	43
Základní pojmy enneagramu a jejich zasazení do křesťanského kontextu	44
Popis jednotlivých typů	49
Enneatyp 1	51
Enneatyp 2	58
Enneatyp 3	66

Enneatyp 4	72
Enneatyp 5	79
Enneatyp 6	86
Enneatyp 7	94
Enneatyp 8	101
Enneatyp 9	109
Naše cesta k uvědomění si svého typu	116
Neřesti podle mnišské tradice	
(od Evagria Pontika po Jana od Kříže)	119
Další vrstvy systému	133
Dynamika propojených typů	133
Koncept křídel a jejich vliv na primární typ	134
Instinkty a podtypy	137
Zkušenost s podtypem E4	141
Základní přesvědčení a nejhlubší obavy jednotlivých enneatypů	142
Esence a ctnost	145
Ctnosti pro jednotlivé typy	149
Co se mění ve struktuře typu díky kontaktu s vynořující se esencí a žitou ctností?	152
Klíčové prvky růstu	155
Uvědomění	156
Přijetí	157
Pozitivní ocenění	158
Akce	159
Věrnost	159

Podpora na cestě do středu	162
Milující pozornost	162
<i>Via negativa, agere contra</i>	164
Léčivý přístup pro jednotlivé typy	170
Enneagram v (nejen) partnerských vztazích ...	179
Vědomí odpovědnosti a zralost	181
Vyjít na půl cesty vstříc	182
Z jádra do jádra	183
Zkušeností účastníků setkání	
Mezi duší a Duchem	185
Doporučení závěrem	192
Doslov	196
Použitá a doporučená literatura, webové odkazy	202
O autorech	206

PŘEDMLUVA

Kniha, kterou máte před sebou, představuje čtenáři enneagram nejen jako psychodiagnostickou metodu vycházející z teorie osobnosti, ale také jako netradiční pohled spojující významné osobnostní charakteristiky se spiritualitou a překážkami vedení dobrého duchovního života. Nabízí i podněty k překonání těchto překážek.

Enneagram jako psychodiagnostická metoda je skvěle analyzován v díle *Personality Types: Using the Enneagram for Self-Discovery* Dona Richarda Risa (Boston: Houghton-Mifflin Co., 1987), kde jsou uvedeny i vztahy k diagnostickým kategoriím podle jiných významných teorií osobnosti. Rovněž využití enneagramu v psychoterapii je doloženo v mnoha studiích, kde je popsán jeho významný přínos pro obnovu harmonie osobnosti klientů.

Enneagram je teorií rozvoje osobnosti, která má své kořeny již ve starověku, a i když to není doloženo, souvisí pravděpodobně s tradicí pouštních otců a matek, jíž je připisováno vytvoření seznamu osmi či devíti „emocionálně zakotvených myšlenek“ či vášní formulovaných Evagriem Pontikem, které se podle Anselma Grüna (viz jeho spis „Pokoj v srdci – Být v souladu sám se sebou“) staly základem koncepce hlavních hříchů a ovlivnily enneagram. Mladí mužové a ženy v prvních stoletích po Kristu, kteří se rozhodli následovat Krista, odešli na poušť, protože hledat Boha v rozmařilých městech kolem Středozemního moře bylo obtížné. Ve

stresových a náročných podmínkách pouště se maximalizovaly „falešné programy dosahování štěstí“, které se formují v prvním šestiletí, jak výstižně popsal Thomas Keating, americký cisterciák a psycholog (viz *Pozvání k lásce*. Praha: Zvon, 1996).

Stačí snad jen připomenout, že podle zacházení rodičů a dospělých v rodině s malými dětmi se maximalizuje potřeba být chválen, je-li dítě často oceňováno za své výroky a činy; potřeba vztekat se, zjistí-li dítě, že jedině tím dosáhne splnění svých přání; závist, jsou-li mladší sourozenci obdarováváni a ono ne; lakota, když něco obdrží a další členové rodiny to na něm loudí; chtivost jídla a požitků, jsou-li odmítány, atd. Tyto potřeby se pak stávají „neřestmi“, které komplikují osobní život a vztahy člověka i v dospělosti. V křesťanské spirituální interpretaci teorie enneagramu je uvědomění neřestí zároveň základ duchovního vedení k nápravě. I v laické poradenské a psychoterapeutické spiritualitě je to jedna ze zdařilých psychodiagnostických a psychokorektivních metod směřování ke zralé spiritualitě.

V prvním desetiletí tohoto tisíciletí jsem řadu let vedl několikadenní program sebepoznání a seberozvoje pomocí enneagramu a mohu potvrdit, že účastníci vyjadřovali uspokojení, které jim rozbor jejich enneagramové struktury spolu s podněty pro práci na sobě poskytl.

Enneagram si podle mých zkušeností zaslouží, aby byl propracováván jako metoda psychodiagnostická i psychoterapeutická v rámci rozvíjející se spirituálně zakotvené psychoterapie.

I moje osobní zkušenost psychologa, který se ve své praxi věnuje psychologii osobnosti, potvrzuje, že enneagram je nesmírně cennou metodou sebepoznání a seberozvoje. Je jasné, že vyžaduje ještě řadu studií, které prověří všechny poznatky a zkušenosti týkající se vlivů formujících osobnost, našich interpersonálních reakcí i problémů se sebepoznáním a seberozvíjením. Mohu tedy osobně potvrdit, že autorům se v této publikaci podařilo předložit stručný, informačně bohatý a k práci na sobě inspirující přehled základních poznatků o enneatypech a jejich úloze v osobní kvalitě života i v působení na druhé.

Přeji všem čtenářům, aby je tato zdařilá publikace inspirovala k sebepoznání, k porozumění ostatním lidem a ke zkvalitnění mezilidských vztahů.

*Prof. PhDr. Vladimír Smékal, CSc.
Emeritní profesor psychologie
Fakulta sociálních studií MU, Brno*

PROČ KNIHA O ENNEAGRAMU V KONTEXTU KŘESŤANSKÉ SPIRITUALITY?

Enneagram je dynamická typologie osobnosti, která popisuje devět odlišných vzorců prožívání, myšlení a jednání. Jde o komplexní model s mnoha rovinami, lze ho dobře použít nejen jako efektivní nástroj „psychologie všedního dne“, ale také například jako mapu překážek na cestě modlitby. Může nám pomoci lépe pochopit, proč se lidé chovají tak, jak se chovají, vidět, jak my sami naplňujeme své potřeby a jak reagujeme, když naplněné nejsou, což nám nakonec může pomáhat při utváření našeho vztahu k Bohu.

Enneagram bývá oceňován pro svůj jedinečný přínos k osobnímu a duchovnímu zrání člověka, jindy je naopak považován za příklad neseriózní typologie s esoterickým nánosem. Zájemce o podrobnější informace a studie k dílčím tématům (včetně specificky křesťanské polemiky i obhajoby enneagramové typologie) odkazujeme na doporučenou literaturu. Než psát další rozsáhlou vědeckou studii, chceme se zde spíše podělit o své letité praktické zkušenosti s doprovázením lidí za pomoci tohoto nástroje. Také bychom chtěli nabídnout přístupy a metody, které se nám v této souvislosti osvědčily jako pomůcky na cestě k autentičtějšímu způsobu bytí a lidského a duchovního růstu.

Náš přístup se liší vědomým propojováním psychologického a terapeutického kontextu (MP)¹ s duchovním doprovázením (DČ). Domníváme se, že by podobná kniha, která se pokouší skloubit sebepoznání a současnou křesťanskou spiritualitu v českém prostředí, mohla být užitečná.

Oba jsme k enneagramu přišli odjinud a oba známe ještě jiné způsoby doprovázení na cestě lidského růstu. Přesto se naše cesty protnulý právě nad enneagramem a jeho využitím v duchovním životě. Od té doby spolupracujeme, každý ze svého místa a odbornosti. Oba se na člověka díváme z různých míst, a přesto vidíme jeden funkční celek. Jde o pohledy, které se vzájemně nevyklučují, ale naopak doplňují.

(MP) Když jsem poprvé slyšel o enneagramu, šmahem jsem ho odmítl jako zjednodušující a škatulkující přístup, který nebere ohledy na jedinečnost člověka. Většinu typologií osobnosti jsem shledával jako zbytečné modely, které mají uspokojit lidskou potřebu struktury a snahy vysvětlit neznámé. Je tedy paradoxem života, že se zrovna jedné z nich profesně již více než dekádu věnuji. Jak k tomu došlo?

Možná proto, že spirituální hledání a potřeba smysluplného přesahu mě přiměla k teoretickému i zážitkovému studiu mnoha různých směrů a technik. Mnohé

¹ Kniha je spoluprací autorské dvojice Michal Petr - Denisa Červenková. V místech, kde bylo potřeba odlišit názory a profesní zkušenosti jednoho či druhého z autorské dvojice, jsou v textu použity iniciály křestního jména a příjmení autorů v kulatých závorkách: (MP) a (DČ).

jsem se naučil, ale co jsem dlouho nenacházel, bylo funkční propojení psychické a duchovní roviny. Až v enneagramu jsem se setkal s modelem, který bere v potaz poznatky moderní psychologie, ale zasazuje je do spirituálního kontextu. Kromě mapy nabízí i nástroje cesty rozvoje, které jsou v úzkém vztahu s denní realitou našich životů. Není divu, že mě přes počáteční odpor zaujal.

Napsal jsem o něm první akademickou práci v ČR a měl to štěstí zažít mnoho vynikajících zahraničních a českých odborníků (z nichž jmenuji zejména Helen Palmer, Davida Danielse a Evu Velechovskou). Začal jsem ho také více využívat v individuální a párové terapeutické praxi. Nicméně další rozměr práce s enneagramem se otevřel setkáním se sestrou Denisou.

(DČ) Kdybych měla říct za sebe, jak jsem se dostala k práci s enneagramem, byla jsem podobně skeptická jako Michal: v prvních letech svého řeholního života mi prostě připadal jako jedna z mnoha metod sebepoznání, které se nabízely. Až v kontextu duchovních cvičení, která jsme začali podnikat s profesorem Smékalem, jsem najednou začala vnímat, že jde o něco asi mnohem zajímavějšího. Pozorovala jsem totiž, že je velice těžké pracovat v exerciciích s tématem hříchu tak, aby to nakonec exercitanta vedlo k osvobozující zkušenosti Božího milosrdenství a odpuštění. Naopak jsem viděla, že pro mnohé lidi je velice zahanbující otvírat před Bohem vlastní slabost a stíny. Tedy nemyslím takové ty věci, co si myslíme, že bychom měli na sobě nějak „spravit“ – mnohokrát jsem viděla růst paniku a úplné bloky tam, kde se člověk v exerciciích

dotkl něčeho podstatného, co ale zároveň souviselo s jeho křehkostí a opravdovými pády. Slovy dokážeme říct leccos velikého, ale hluboký prožitek, že Ježíš je skutečně nositel spásy a že to platí pro život každého z nás, to jsem zatím viděla jen u málokoho. A přijde mi to líto, protože se mi zdá, že právě setkání lidské křehkosti s působením Božího Ducha otevírá dveře k naplněnému lidskému životu. A že tam je klíč k tomu, čemu mystici říkají „spojení s Bohem“. A uvědomila jsem si, že enneagram jako metoda kritického, ale neodsuzujícího zkoumání a přijímání vnitřního světa svého a druhých, s jeho slabými stránkami, zde může být užitečný. Nejde primárně o zkoumání enneagramu jako systému, ale o to, že se konečně přestaneme bát otvírat Bohu svoje hlubiny včetně zmíněných pádů a zvláštních sklonů škodit si na mnoho různých způsobů.

* * *

Ve složitějším terénu se bez mapy či kompasu lehce ztratíme. Když se snažíme porozumět něčemu tak komplexnímu, jako lidské nitro bezpochyby je, bývá užitečné mít nějakou orientační pomůcku. Enneagram je jedna z takových map. Rozhodně není jediná. Neklademe si proto za cíl prezentovat náš pohled jako důkaz pravdivosti či oprávněnosti enneagramu. Chceme však otevřít prostor k diskusi a k potenciálnímu pochopení jeho smysluplnosti (nejen) v křesťanském kontextu.

V úvodní části knihy se podíváme na prolínání jazyků psychologie a křesťanské spirituality, na styčné body mezi enneagramem a křesťanskou spiritualitou