

De negen sleutels
tot het
ENNEAGRAM.

Inzicht in je ware aard

A.H. ALMAAS



© 2021 A-Hameed Ali

Oorspronkelijke uitgave verschenen bij Shambhala Publications, Inc.
2129 13th Street, Boulder, Colorado 80302.

© 2023 Nederlandse uitgave uitgeverij Samsara, Amsterdam

Oorspronkelijke titel: *Keys to the Enneagram. How to Unlock the Highest Potential of Every Personality Type*

Vertaald uit het Engels door Ananto Dirksen

Vormgeving omslag Hester van Toorenborg

Vormgeving binnenwerk Erik Thé, erikthedesign.com

Fragmenten uit *Ennea-type Structure: Self-Analysis for the Seeker* van Dr. Claudio Naranjo (Gateways Books & Tapes, 1991) met toestemming van de uitgever.
Nederlandse vertaling overgenomen uit *Enneagram: je persoonlijkheid verklaard* (Altamira-Becht, 2001).

Fragmenten uit *The Wisdom of the Enneagram: The Complete Guide to Psychological and Spiritual Growth for the Nine Personality Types* van Don Richard Riso en Russ Hudson (Bantam Books, 1999) met toestemming van de uitgever.
Nederlandse vertaling overgenomen uit *De wijsheid van het enneagram: gids voor psychische en spirituele groei voor de 9 persoonlijkheidstypen* (Altamira-Becht, 2000).

Fragmenten uit *The Spiritual Dimension of the Enneagram: Nine Faces of the Soul* van Sandra Maitri (Jeremy Tarcher/Putnam, 2000) met toestemming van de auteur. Nederlandse vertaling overgenomen uit *De spirituele dimensie van het enneagram: negen gezichten van de ziel* (Altamira-Becht, 2001).

ISBN 978 94 93228 88 7

NUR 728

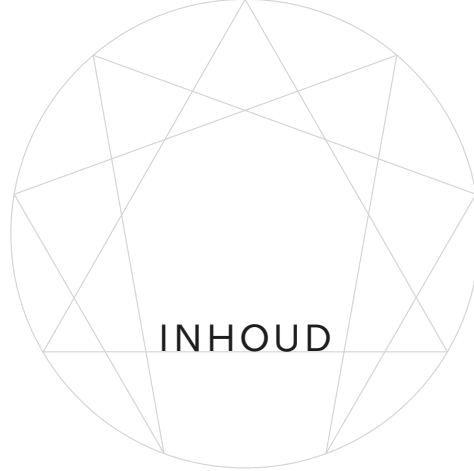
Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd zonder de uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming van uitgeverij Samsara, Amsterdam.

www.samsarabooks.com

Opgedragen aan

DE SARMOUN DARQ,

de spirituele school waaruit het enneagram
is voortgekomen en waarvan de deugden en
het oogmerk belangrijke componenten vormen
van de Diamantbenadering.



Voorwoord van Russ Hudson	9
Voorwoord van Lenie van Schie	23
Inleiding	27
1. De sleutel tot het enneatype	37
2. Punt Acht: ware kracht	51
3. Punt Zes: persoonlijke wil	67
4. Punt Twee: versmeltende liefde	83
5. Punt Een: briljantie	97
6. Punt Drie: persoonlijke essentie	109
7. Punt Vier: essentiële identiteit	125
8. Punt Zeven: voertuig van genot	139
9. Punt Negen: grenzeloze liefde	155
10. Punt Vijf: diamanten leiding	169
Nawoord van Sandra Maitri	185
Appendix 1: Toegang tot de kindziel	191
Appendix 2: Bronnen en aanbevolen literatuur	197
Appendix 3: Afbeeldingen van het enneagram van idealen en het enneagram van vermijdingen	201
Noten	203
Over de auteur	205



Op het moment van dit schrijven vindt er een onverwachte ontwikkeling plaats. Het enneagram, onderdeel van oude leringen over de innerlijke ontwikkeling van de mens, is bezig los te komen uit de schaduw waarin het een min of meer verborgen bestaan heeft geleid en verheugt zich in een brede publieke aandacht. Het enneagram was ooit alleen bekend in specifieke spirituele scholen, maar inmiddels is het bijna gemeengoed geworden. In populaire tijdschriften en op het internet zijn zoveel artikelen over het enneagram te vinden, dat zelfs mensen die nauwelijks belangstelling hebben voor psychologie of spiritualiteit er in veel gevallen wel eens over hebben gehoord. Er verschijnen steeds meer publicaties over het enneagram en ook het aantal mensen dat zich presenteert als leraar of gids in de groeiende markt over dit onderwerp neemt toe. Enerzijds is dat een bemoedigende ontwikkeling, want in een samenleving waarin sprake is van een overdaad aan verwarrende en soms ook tegenstrijdige boodschappen over wie wij zijn en waar het in het leven om draait, zou het kunnen wijzen op een oprecht verlangen naar zelfkennis. Anderzijds heeft deze populariteit ook een prijs.

Het basisidee van het enneagram is vrij eenvoudig te begrijpen, wat deels verklaart waarom het zich zo snel heeft verbreid. Je maakt kennis met een systeem van negen menstypen en je gaat bij jezelf te rade welk ervan het best bij jou past. Mensen zijn vaak verbaasd dat het enneagram zo'n accurate beschrijving geeft van zowel uiterlijk gedag als innerlijke drijfveren — het kan even schrikken zijn om te merken hoe goed het enneagram jou begrijpt. Vervol-

gens kun je proberen te ontdekken tot welk enneagramtype je familieleden, je vrienden en je geliefde behoren, of van welk type de bekende of historische figuren zijn die je bewondert. Je hebt als het ware een fantastische nieuwe bril op waarmee je mensen veel helderder kunt waarnemen. Maar als je er dieper op ingaat, merk je dat dit systeem ingewikkelder is dan het op het eerste gezicht lijkt. Je komt erachter dat het enneagram allerlei aspecten heeft en dat er verschillende theorieën over bestaan. Je kunt vol geestdrift de nieuwste theorie bespreken met een mede-enthousiasteling, maar je kunt ook in de war raken van de soms tegenstrijdige opvattingen die er over het enneagram bestaan. Je kunt je zelfs afvragen of het in het enneagram misschien om iets anders gaat.

Als je dit onderwerp blijft onderzoeken, kom je uiteindelijk tot het besef dat, hoewel de beschrijvingen van de negen typen en hun variaties heel intrigerend zijn, de kennis ervan niet noodzakelijkerwijs leidt tot werkelijke veranderingen of een persoonlijke ontwikkeling. Dit is het punt waarop sommige mensen gefrustreerd raken en het enneagram verder laten voor wat het is. Anderen zijn tevreden met de bespreking en uitwisseling van kennis over de theorieën van verschillende typen. Sommigen gebruiken de kennis die ze zo verkrijgen zelfs om te *vermijden* dat ze meer inzicht in zichzelf krijgen. Het is tenslotte gemakkelijker om een 'expert' te zijn op dit gebied, dan om de weg naar werkelijke zelfkennis te gaan en geconfronteerd te worden met de gevoelens die daarbij worden opgeroepen. Anderzijds zijn er mensen op wie de verdieping van het mysterie een onweerstaanbare aantrekkingskracht heeft en zij zijn het die zich bezighouden met de vraag wat het enneagram nog meer voor hen kan betekenen.

Zo kan er een diepere waarheid in ons wakker worden. Het enneagram was oorspronkelijk niet bedoeld om mensen in te delen in typen. In de herkenning van de patronen van een type schuilt iets dat waar en zinvol is, maar het is erg belangrijk om niet te vergeten dat deze patronen *niet weerspiegelen wie we werkelijk zijn*. Het is juist om te zeggen dat besef van de patronen van een type moge-

lijk tot meer inzicht leidt in wie of wat we zijn achter die patronen. Dat inzicht ontstaat echter niet door de enneagramtypen alleen intellectueel te bestuderen of door onszelf (of anderen) eindeloos voor te houden welk type we zijn. De discussie over welk type iemand is kan zinvol zijn, maar het is de bedoeling dat deze kennis wordt gebruikt voor een diepgaander proces: het *innerlijk werk*, zoals het traditioneel wordt genoemd. Om te begrijpen wat dit inhoudt, is het zinvol om dieper in te gaan op de achtergrond van het enneagram.

Als we op zoek gaan naar de wortels van het enneagram, blijkt dat er geen duidelijke geschiedkundige lijnen te vinden zijn. Wat we tegenkomen zijn met elkaar verband houdende leringen die sinds de preklassieke beschavingen van de oude wereld op verschillende manieren met elkaar vervlochten zijn. We ontdekken dat het enneagram niet alleen een beschrijving van menstypen is, maar deel uitmaakt van een uitgebreide filosofische context van de aard van de menselijke psyche en de plaats daarvan in de totaliteit van de kosmos. Sommige elementen van het enneagram stammen uit leringen van het oude Egypte en Mesopotamië, en vonden hun weg in de mystieke uitingen van de drie abrahamitische religies: jodendom, christendom en islam. Andere elementen komen duidelijker naar voren in de Griekse filosofie. Deze gaan terug tot Pythagoras en werken via Socrates en Plato door in de neoplatonische scholen die ten tijde van het Romeinse Rijk hun invloed deden gelden. Andere elementen vinden we terug in de hermetische tradities van de middeleeuwen en de renaissance, in de joodse kabbala, in enkele noordelijke soefischolen en in de kloostertradities van het contemplatieve christendom.

Deze elementen behoorden tot de gevestigde religieuze en filosofische tradities van de westerse beschaving, maar ze zijn nooit gemeengoed geworden. Verschillende aspecten van de leer van het enneagram zijn door spirituele scholen ontwikkeld en bewaard, en waren alleen daarbinnen bekend. De kern van al deze leringen was de *noodzaak om te oefenen*. Het ging niet om intellectuele bespie-

geling, maar om het resultaat dat kon worden bereikt door lange perioden van oprechte spirituele beoefening. Met andere woorden, de leer van de enneagramtypen was bedoeld om de psychologische en spirituele bewustzijnsontwikkeling te ondersteunen en te begeleiden. In deze tradities stond de noodzaak van cultivering van *aanwezigheid* centraal, wat in feite de kern is van de meeste mystieke leringen. Voor mij is het enneagram zonder nadruk op aanwezig zijn niet het echte enneagram.

Om de reikwijdte van wat dit boek ons wil leren te begrijpen, moeten we erkennen dat op een authentieke en moderne manier met het enneagram werken drie componenten omvat: het symbool, de typologie en het oefensysteem dat erachter ligt. Hoe beter wij ons bewust zijn van deze drie componenten, hoe meer het werk met het enneagram ons oplevert.

Het is de grote spirituele leraar George Gurdjieff geweest die het symbool van het enneagram in de moderne wereld onder de aandacht heeft gebracht. Hij begon het in het begin van de twintigste eeuw te gebruiken in zijn werk met leerlingen in Rusland en later in Frankrijk, Engeland en de Verenigde Staten. Gurdjieff gaf uitgebreid onderricht over het symbool van het enneagram en zijn betekenis, maar hij gebruikte het symbool niet in samenhang met een systeem van negen typen. Als hij hiervan al weet heeft gehad, dan weigerde hij dit aan zijn leerlingen te onderwijzen. Hij gebruikte het enneagram als een mandala die ons bepaalde hoofdelementen van het menselijk bewustzijn laat zien. Inzicht in dit symbool was een manier om het dualistische denken te openen voor de waarneming van een dynamischer totaliteit van de werkelijkheid. Hij beschreef de drie componenten van het symbool (cirkel, driehoek en zeshoekige vorm) als de basis van drie fundamentele wetten van bewustzijn: de Wet van Eén, de Wet van Drie en de Wet van Zeven. Kort gezegd herinnert de Wet van Eén ons aan de eenheid van het bestaan, kijkt de Wet van Drie naar de manier waarop afzonderlijke verschijnselen ontstaan en terugkeren naar de fundamentele grond van eenheid, en geeft de Wet van Zeven weer dat

alles wat zich binnen de eenheid manifesteert onderhevig is aan voortdurende veranderingen en processen die gehoorzamen aan universele wetten. Als je deze drie perspectieven samenvoegt, zie je dat Gurdjieff het symbool gebruikte om de leer van non-dualiteit zo te benaderen, dat het besef van de onderliggende eenheid van de werkelijkheid in relatie tot de verschillende, voortdurend veranderende fenomenen die wij met onze zintuigen waarnemen bewaard blijft.

Gurdjieff leerde ook dat het symbool de weerslag is van een compleet proces en een manier om de complexe interacties binnen alle bestaande, levende systemen te begrijpen. Hij heeft dus niet de negen persoonlijkheidstypen onderwezen, maar heeft wel allerlei leringen naar voren gebracht die met het enneagram verband houden, waaronder het concept van essentie en persoonlijkheid, het idee dat wij ons in onze normale zijnstoestand niet bewust zijn van onszelf en de grote werkelijkheid, en het concept van centra van intelligentie (de instinctieve intelligentie van het lichaam, de emotionele intelligentie van het hart en de cognitieve intelligentie van het hoofd) dat onmisbaar is als we willen leren hoe we de kennis van het enneagram kunnen benutten voor onze ontwikkeling en rijping. Je zou kunnen zeggen dat een belangrijk deel van de filosofische context van het enneagram afkomstig is van Gurdjieff.

Gurdjieff beschouwde het enneagram als onderdeel van een groter leerstelsel, dat hij de Vierde Weg noemde. Hij zou zeker van opvatting zijn geweest dat het enneagramsymbool van beperkt nut is voor iemand die zich niet bewust is van de strekking van de Vierde Weg. Het idee achter deze benadering van spiritueel ontwaken is gebaseerd op werken met de centra van intelligentie. Gurdjieff leerde dat elke primaire weg naar bevrijding afhankelijk is van werken met een van deze centra. In de Eerste Weg gaat het om beheersing krijgen over de instincten van het lichaam. In de Tweede Weg gaat het om de transformatie van emoties in de diepere, meer wezenlijke eigenschappen van het hart. De Derde Weg gaat over beheersing krijgen over onze drukke, voortdurend malende ge-

dachten en ons openstellen voor de oorspronkelijke rust en stilte van de diepere geest. Gurdjieff leerde ook dat deze drie wegen onze hele geschiedenis door voor iedere oprechte zoeker naar het goddelijke beschikbaar zijn geweest, maar dat het alle drie in zekere zin wegen van verzaking waren en van ons verlangden dat we de meeste, zo niet alle wereldlijke bemoeienissen achter ons lieten, wat in feite vraagt om een leven in eenzaamheid of als monnik. Hij beweerde dat er echter een Vierde Weg is, die om een ontwikkelder systeem van kennis en beoefening vraagt, omdat hierin wordt gewerkt met de drie centra van intelligentie tegelijk: lichaam, hart en geest. Bovendien moest de Vierde Weg een manier van leven worden; je volgt niet de weg van een kloosterling, maar je hebt wel zijn devotie en toewijding, zoals die verwacht worden van iemand die tot een kloosterorde toetreedt. Ten slotte benadrukte hij dat de Vierde Weg niet altijd beschikbaar is. In sommige fasen van de geschiedenis verschijnt de Vierde Weg als 'hulp' voor een mensheid die op een belangrijk kruispunt van de tijd staat. Hij sprak ook wel van 'schokpunt' en stelde dat wij in onze tijd zo'n schokpunt hadden bereikt. Je zou kunnen zeggen dat je de informatie van het enneagram op allerlei manieren kunt gebruiken, maar dat de kern en het oorspronkelijke doel ervan deel uitmaakten van het grotere doel van de Vierde Weg. Enneagramleraren die dit weten dragen een bepaalde 'geur' bij zich en stralen iets uit wat verder gaat dan de informatie over de persoonlijkheidstypen.

Wij danken de typologie van het enneagram aan de Boliviaanse leraar en stichter van de Arica-school Oscar Ichazo. Net als Gurdjieff gebruikte Ichazo het enneagram als kader voor leerlingen die, binnen de structuur van een spirituele school, zich langdurig met spirituele beoefening bezighielden. Ichazo heeft verschillende meesterlijke en briljante inzichten toegevoegd aan het geheel van leringen betreffende het enneagramsymbool. We kunnen beslist zeggen dat het enneagram zoals het tegenwoordig in brede kring wordt gebruikt zonder Ichazo niet zou hebben bestaan.

Een van Ichazo's belangrijkste bijdragen is dat hij verschillende voorstellingen van de weg van de ziel zoals die in grote spirituele tradities bestaan verbonden heeft met het enneagramsymbool, wat werkelijk geen geringe prestatie is. Hij getuigde daarmee van een groot inzicht in deze andere beelden van de ziel en heeft bovendien de elementen ervan in de juiste volgorde op de negen punten van het enneagramsymbool geplaatst, mogelijk met Gurdjieffs suggestie in gedachten dat we werkelijk een nieuwe kijk kunnen krijgen op elk willekeurig verschijnsel, als we het in het symbool de juiste plaats geven. Hij maakte gebruik van de leer van het esoterisch boeddhisme, het taoïsme en andere oosterse tradities, maar baseerde zich toch vooral op westerse esoterische praktijken, met name de kabbala, de kloostertraditie van de christelijke woestijnvaders, de neoplatonische leer van de ziel van Plotinus en anderen, en enkele oefeningen en methodes van spirituele overdracht uit het soefisme.

Ichazo's belangstelling ging veel verder dan beschrijvingen van persoonlijkheidstypen. Hij plaatste allerlei elementen van de natuur en het menselijk bewustzijn op het enneagramsymbool en noemde de resultaten 'enneagons'. In totaal creëerde hij zo 108 enneagons, die allemaal specifieke lessen onthulden over het zelf en de werkelijkheid. Het moderne enneagram is bijna geheel en al gebaseerd op vier van deze enneagons, namelijk die van de passies, de deugden, de fixaties en de heilige ideeën. Ik zou hieraan willen toevoegen dat in het moderne gebruik van het enneagram de deugden en de heilige ideeën meestal achterwege worden gelaten, ook al zijn ze vanuit de Vierde Weg gezien juist de reden om met het enneagram te werken.

Voor een belangrijk deel is de basis voor het enneagon van de passies afkomstig van vroege christelijke kloosterorden, en wel die van de woestijnvaders uit Egypte. Dit is belangrijk, want het werk van deze woestijnvaders geeft ons aanwijzingen over het oorspronkelijke doel van de verschillende indelingen in typen. Veel van wat we over het vroegchristelijke monnikendom weten is afkomstig

van Evagrius van Pontus. Deze christelijke theoloog heeft beschrijvingen gegeven van gebeden en meditaties die door de monniken werden gebruikt, en van hun ontdekking van de ‘acht zonden’, waarmee ze worstelden in hun pogingen een innerlijke verbinding met God te krijgen en in stand te houden. Deze zonden werden niet gezien als iets slechts, maar als iets dat afleidt van de spirituele beoefening, als manieren waarop de monniken hun aanwezigheid en het rechtstreekse besef van de goddelijke realiteit in en om hen heen kwijtraakten. Mettertijd werden verschillende namen gegeven aan deze manieren van ‘afdwalen’. In historische geschriften komen we verschillende variaties tegen van benamingen, maar de meest gebruikelijke waren woede of toorn, trots, ijdelheid of verwaandheid, afgunst, hebzucht, gulzigheid, wellust en luiheid (ook wel lusteloosheid of onverschilligheid genoemd). Evagrius heeft ook een uitgebreide beschrijving gegeven van een negende problematische toestand, die later becommentarieerd is door onder anderen Pseudo-Dionysius de Areopagiet. De naam die hieraan werd gegeven was twijfel of ongelovigheid. Zoals je misschien merkt, zijn verschillende van deze ‘kwellingen’ in het christendom bekend geworden als de zeven hoofdzonden, al waren het er oorspronkelijk dus acht of negen.

Het is logisch dat Ichazo ook kenmerken van hogere bewustzijnsvormen op de negen punten van het enneagram plaatste. Geïnspireerd door het werk van de woestijnvaders (en -moeders) deed hij hetzelfde met de psychologische toestanden die ontstaan door het verlies van contact met een rechtstreekse ervaring van aanwezigheid. Dit resulteerde in de enneagons van passies (hoofdzonden) en fixaties (vastgelopen of beperkte interpretaties van de werkelijkheid die het ego creëert). Een punt van het enneagram doet dus geen definitieve uitspraak over ons als persoon, maar verwijst naar een manier waarop we niet meer weten hoe we aanwezig moeten zijn en het contact met onze ware aard, met wie we werkelijk zijn, zijn kwijtgeraakt. Waarschijnlijk heeft Ichazo deze geweldige prestatie kunnen leveren dankzij toegewijde studie en een

uitstekend intuïtief gevoel. Zijn aanwijzingen vond hij in verschillende spirituele leringen. Christelijke theologen uit de middeleeuwen die kennis hadden gemaakt met Evagrius' ideeën over de zonden hebben geprobeerd de juiste volgorde ervan vast te stellen, en zelfs paus Gregorius I kwam in zijn beschrijvingen heel dicht in de buurt van de volgorde die wij nu in het enneagram gebruiken. Waarschijnlijk heeft Ichazo ook inzichten ontleend aan bepaalde patronen uit de levensboom van de kabbala; hij noemt die bij herhaling als een grote bron van inspiratie. Het eindresultaat van zijn inspanningen was een juiste plaatsing van de negen energietypen binnen het symbool van het enneagram.

De typologie en het symbool van het enneagram kunnen tot op zekere hoogte intellectueel worden begrepen; in sommige kringen blijft het daar ook bij. Het derde element, de beoefening, is een ander verhaal. Naar mijn opvatting kan het enneagram zonder dit derde element niet werkelijk tot leven komen en iets betekenen voor onze ontwikkeling. Dit is nu precies het punt waarop het cruciale belang duidelijk wordt van A. H. Almaas en het werk dat hij in dit boek beschrijft.

Ik heb het enneagram leren kennen dankzij het werk van Gurdjieff en heb het voorrecht gehad te kunnen studeren bij enkele grote leraren die nog van Gurdjieff zelf les hebben gehad. Toen ik eind jaren tachtig kennismaakte met literatuur over de typologie van het enneagram, hield ik mij al jaren intensief bezig met het Gurdjieff-werk. Ik was van mening dat meer inzicht in de diepere aard van de mens zinvol was en omdat het enneagram van de persoonlijkheid duidelijk verband hield met wat ik had bestudeerd, lag het voor de hand dat ik het onderzocht. Toen ik de eerste boeken erover las, was ik onder de indruk van de nauwkeurigheid waarmee sommige auteurs de beschrijvingen van de negen typen benaderden. Dit leek mij nuttige informatie en ik begreep dat deze inzichten een grote steun konden betekenen voor iemand die zich bezighoudt met innerlijk werk. Toch leek geen van de boeken die ik las veel kennis te bevatten van de achtergronden en het eigenlijke

doel van dit materiaal, of van de betekenis van het enneagram-symbool.

Op een gegeven moment kwam ik erachter dat ik niet ver weg woonde van een van de belangrijkste auteurs op het gebied van het enneagram, Don Richard Riso. Nadat ik zijn invloedrijke boek *Personality Types* had gelezen, maakte ik een afspraak met hem voor een consult over mijn enneagramtype. Uit ons contact is een vriendschap ontstaan die uiteindelijk heeft geleid tot een vruchtbare samenwerking, als docenten en als auteurs. Don Riso was opgeleid bij de jezuïeten en had ongeveer twaalf jaar aan zijn boek gewerkt. Hij was zich er tevens van bewust dat het enneagram-systeem veel en veel meer omvatte dan hij had geleerd. Ik bracht hem in contact met het Gurdjieff-werk en samen probeerden we de fascinerende typologie van het enneagram te verenigen met de Vierde Weg van innerlijk werk zoals door Gurdjieff beschreven. Wij hadden met name het gevoel dat de negen enneagrampunten niet alleen persoonlijkheidstypen aanduidden, maar ook specifieke wegen om van vereenzelviging met het ego of de persoonlijkheid te komen tot realisatie van het zelf als essentie. Dit was waar het in onze onderzoeken vanuit het perspectief van de Vierde Weg om ging.

Dankzij de bestudering en beoefening van het Gurdjieff-werk kwamen we in contact met het werk van A. H. Almaas, met name met zijn eerste belangrijke boek, *Essentie*. We kregen de indruk dat Almaas de weg die wij onderzochten al bewandeld had en wij waren diep onder de indruk van de helderheid waarmee hij het onderwerp overdacht, benaderde en beschreef. We merkten dat hij uitgebreid onderzoek had gedaan naar de relatie tussen het ego-bewustzijn en de verbazingwekkende, diepzinnige wereld van essentie. Het bleek dat hij een esoterische school had opgezet, de Ridhwan-school (ook wel Diamantbenadering genoemd), en dat hij oefeningen had ontwikkeld waarmee psychische patronen konden worden verkend en het bewustzijn van onze ware aard of essentie toegankelijk kon worden gemaakt. Nadat we ons intensief hadden

beziggehouden met het Gurdjieff-werk, richtten we ons op het werk van Almaas en sloten we ons aan bij een Diamantbenadering-groep, die in de jaren daarna ons spirituele thuis werd.

Toen ik bekender werd met Almaas en zijn werk, kwam ik erachter dat hij zijn kennis over de typologie van het enneagram had ontleend aan de Chileense psychiater Claudio Naranjo. Naranjo was in het begin van de jaren zeventig de eerste die de leer over de negen passies en fixaties van Oscar Ichazo in de Verenigde Staten introduceerde. Naranjo vormde in Californië en elders spirituele groepen, die verschillende systemen van zelfrealisatie bestudeerden en daarbij werkten met de typologie van het enneagram. De naam van de groep als geheel was SAT (Seekers after Truth), en Almaas was een van de leden ervan. In die periode had Almaas enkele innerlijke ervaringen en realisaties, die ertoe leidden dat hij de Diamantbenadering ontwikkelde. Net als in het werk van Gurdjieff en in de Arica-school van Ichazo was het enneagram ook in de Diamantbenadering een onderdeel van een groter geheel van kennis en onderricht.

Als deelnemer aan de bijeenkomsten en retraites van de Diamantbenadering merkte ik duidelijk dat Almaas en de Ridhwan-school in het algemeen de karakteristiek hadden die ik kende van de leer van de Vierde Weg. Ik ervoer dan ook een grote overeenkomst met wat ik al had bestudeerd en met wat mijn hart had doen ontwaken. Anderzijds verschilden bepaalde oefeningen sterk van wat ik in het Gurdjieff-werk had gedaan. Het uitgangspunt van alle oefeningen was inquiry (onderzoek), wat overeenkwam met een Vierde Weg-benadering, waarin alles wat er in het bewustzijn verschijnt wordt benaderd met de totaliteit van de drie centra van intelligentie. Noodzakelijk daarvoor zijn een gegronde aanwezigheid, een open hart en een bereidheid om dingen met een ontvankelijke geest te ervaren. Je leert om je ervaring niet te verwerpen of af te wijzen, en als je erin slaagt om volledig aanwezig te zijn bij alles wat er in je bewustzijn verschijnt, zal het bewustzijn zelf, of de genade (als je dat woord wilt gebruiken) de ervaring transformeren

in iets wat diepgaand en bruikbaar is. Al snel begreep ik wat Almaas had ontdekt: als we met dit onderzoekende bewustzijn de persoonlijkheidspatronen van de enneagramtypen benaderen, kunnen we snel een nieuwe, indringende ervaring krijgen van wie we eigenlijk zijn.

Een van de belangrijkste inzichten die Almaas met ons deelde, en die hij op inventieve wijze in dit boek beschrijft, is dat essentie zich manifesteert in verschillende eigenschappen; we zouden ook kunnen zeggen: in verschillende smaken, kleuren en structuren. In literatuur van het soefisme en het tantrisch boeddhisme die ik had onderzocht was ik dit al tegengekomen, maar Almaas had manieren gevonden om hier een expliciete en centrale leer van zijn benadering van het innerlijk werk van te maken. Nog belangrijker is dat hij de relatie tussen de verschillende psychologische toestanden, verdedigingsmechanismen en hindernissen die verband houden met het verlies van de rechtstreekse ervaring van essentiële eigenschappen onderzocht en in kaart gebracht had. Met andere woorden, hij had precies het idee ontwikkeld dat de woestijnvaders hadden onderzocht, maar had zich daarbij gericht op de *oorzaak* van de psychologische patronen die de woestijnvaders hadden onderscheiden. Dit was heel wezenlijke kennis over deze relatie en vormde naar mijn overtuiging de basis voor de enneagramtypen. Het was beslist een verreikende ontdekking en ik vermoed dat spirituele zoekers mettertijd zullen begrijpen hoe zinvol en diepgaand deze benadering van de menselijke aard kan zijn.

Almaas werpt in dit boek een duidelijk licht op de relatie tussen de essentiële eigenschappen van de ziel, het verlies ervan dat we ervaren in onze kindertijd en de psychologische verdedigingsmechanismen en problemen die ontstaan door het toedekken van dit schijnbare verlies. De patronen die hierdoor ontstaan zijn specifiek en vormen in wezen de kern van elke echte vorm van werken met het enneagram. Uiteraard komt dit boek meer tot leven voor je en kan het zelfs een geweldige vriend voor je zijn op je innerlijke reis, als je gebruikmaakt van een geschikte vorm van

beoefening om meer aanwezig te zijn en het vermogen ontwikkelt om de werking van je innerlijke wereld te observeren. Voor mijn gevoel is deze leer een groot geschenk voor iedereen die zich bezighoudt met spiritueel ontwaken, welke weg je ook volgt of welk geloof je ook aanhangt.

In 1999 heeft Almaas *Negen facetten van eenheid* geschreven, een boek over het enneagram dat nog steeds de basis is voor de leer van de heilige ideeën en dat belangrijke inzichten geeft in de verschillende non-dualistische percepties van de werkelijkheid die ontstaan als de geest wordt bevrijd van de kenmerken van zijn punt van fixatie. Voor gevorderde leerlingen is dit een uiterst belangrijk boek. Almaas begreep echter dat voor veel mensen die het enneagram bestuderen een meer inleidend werk over de Diamantbenadering in samenhang met het enneagram noodzakelijk was. Daarom heeft hij dit nieuwe boek geschreven. Als je serieus aan het werk gaat met de oefeningen en de ideeën uit dit boek, krijg je meer inzicht in jezelf en in de onderwerpen die in *Negen facetten van eenheid* aan de orde komen.

Ik ben inmiddels jarenlang student van Almaas en de Diamantbenadering. De gemeenschap van oprechte zoekers met wie ik hierin heb samengewerkt is bovendien een grote steun geweest voor het werken met mijn eigen studenten. Ik moet ook zeggen dat Almaas mij, zelfs na tientallen jaren, nog regelmatig verrast met fascinerende nieuwe inzichten in de toestand van de mens. Samen met zijn partner Karen Johnson biedt hij een kader voor een intensieve, transformerende leer en beoefening, en in veel opzichten is de Ridhwan-school de ruggengraat van mijn eigen spirituele reis geweest. Tot nu toe heeft Almaas zijn benadering van het enneagram echter grotendeels beperkt tot de Ridhwan-school. Met het boek dat je nu in handen hebt maak je kennis met aspecten van een wijsheid over het enneagram die het resultaat zijn van vele jaren van beoefening en ervaring.

Voor mijn gevoel maakt dit boek deel uit van een echte spirituele overdracht, die de oorsprong is van de leer van het enneagram. Het

heeft de sfeer en het gevoel van de waarachtige Vierde Weg, en ik vermoed dat je, als je dit boek met een oprecht hart leest en met de ideeën eruit aan het werk gaat, met deze oorsprong contact maakt. Almaas, die wij ook kennen als Hameed Ali, onthult deze oorsprong op de eerste pagina's. Voor mij is dit een heel passende uitnodiging aan de lezer en ook een reminder dat hier de schokpunten voor de mensheid worden gepresenteerd waarover Gurdjieff het had. Mogen wij allen ontvangen wat wij nodig hebben om gehoor te kunnen geven aan de innerlijke wijsheid die zich probeert te manifesteren in ons hart. Met grote dank aan A. H. Almaas voor deze geweldige bijdrage aan het gebruik van het enneagram.

RUSS HUDSON
New York City
14 oktober 2020



De negen sleutels tot het enneagram van A.H. Almaas is een verrassende nieuwe bijdrage aan de inzichten in de spirituele dimensie van het enneagram. De vroegste elementen van dit model vinden we terug in Mesopotamië en het oude Egypte en ontwikkelden zich verder in de mystieke tradities van het judaïsme, het christendom en de islam.

Het enneagram is het meest bekend door het onderscheid van negen verschillende persoonlijkheidstypes. Als zodanig is het een functioneel instrument om je eigen type nader te onderzoeken. Het laat je zien hoe jij de werkelijkheid ervaart, wat je mist en wat het ideaal is waarnaar je streeft. In deze persoonlijkheidstypes is ons bewustzijn sterk bepaald door aannames over de werkelijkheid. Ze bevatten onze fixaties in de vorm van identificaties en vaste denkpatronen.

Het bijzondere aan dit boek is dat het inzichtelijk maakt hoe het ideaal van elk enneatype een reflectie en imitatie is van iets authentieks: elk enneatype bevat in de kern een specifieke kwaliteit van essentie, die de sleutel is tot het openen van de fixatie. In de ontwikkeling van de ego-persoonlijkheid zijn we de verbinding met die essentiële kwaliteit verloren. We vinden deze terug in de kern van onze fixatie, die verschijnt in de wereld van dualiteit en die ons helpt om deze te doorzien.

Neem bijvoorbeeld kracht. Veel mensen willen krachtig zijn. Zo proberen we onze grenzen te bewaken, ons teweer te stellen tegen de buitenwereld en vooral krachtig over te komen. Het is een manier geworden om onze kwetsbaarheid en hulpeloosheid te

beschermen en te verbloemen. Soms uiten we deze kracht in arrogantie, boosheid of botheid. Die uiterlijk gerichte ego-kracht is een reflectie van de authentieke innerlijke kracht, een compensatie voor en imitatie van essentiële kracht.

Kracht als kwaliteit van essentie is innerlijke kracht, de aanwezigheid van pure levenskracht. We voelen ons sterk omdat we dat ook werkelijk zijn. Kracht is beschikbaar in situaties die daar om vragen en geeft ons een gevoel van autonomie. We hoeven niets te verdedigen of te beschermen; we stellen onze grenzen waar nodig gemakkelijk en vanzelfsprekend. Ergens in ons onbewuste kennen we het bestaan van die essentiële kracht, maar omdat hij niet langer in zijn volheid en puurheid beschikbaar is, proberen we die te imiteren. Kracht is de specifieke kwaliteit voor type Acht.

Zo beschrijft Almaas voor elk type een essentiële kwaliteit van Zijn. Als je de specifieke kwaliteit van jouw type gaat herkennen, doorleven en belichamen, kan de fixatie zich ontspannen. Zo kun je voor jouw type het werkelijke ideaal vinden dat onder de imitatie verborgen ligt.

Dat we essentie, onze ware natuur, kunnen kennen in een groot aantal essentiële kwaliteiten van aanwezigheid, is met name duidelijk geworden dankzij de inzichten en directe ervaringen van de grondleggers van de Diamantbenadering, een hedendaags spiritueel pad. In deze benadering is de Diamant een metafoor voor het Ene, dat talrijke facetten in zich draagt. Elk facet is een specifieke manifestatie, een unieke kwaliteit van essentie en deze kwaliteiten vormen ons individuele bewustzijn van binnenuit.

Een van de belangrijke bijdragen van de Diamantbenadering is de visie op de ego-persoonlijkheid. Deze vormt geen belemmering op het pad naar spirituele bevrijding, maar is een eerste noodzakelijke groei van de persoonlijkheid, waarvan de basisontwikkeling plaatsvindt gedurende de eerste zes levensjaren. Die ontwikkeling kent een aantal fasen, en in elke nieuwe stap is een specifieke kwaliteit van essentie dominant. In de separatiefase, waar de

peuter zich begint los te maken van de ouders of primaire verzorgers, is de kwaliteit van kracht dominant.

In onze eerste levensjaren stemmen we ons als vanzelfsprekend af op de buitenwereld en in wisselwerking met de omgeving ontstaan er zelfbeelden waarmee we ons gaan identificeren. Zo verliezen we de directe toegang tot de ware kwaliteiten. We gaan ze imiteren. Dat wordt heel zichtbaar in enneatype Drie. De ego-persoonlijkheid van dit type is het meest kenmerkend voor wat het ego is: het wil zich duidelijk manifesteren in de wereld, wil daar gezien worden en richt zich op het bereiken van succes.

Als we onze aannames, zelfbeelden en behoefte aan bevestiging onderzoeken, ontdekken we wat er aan deze vormen van houvast ten grondslag ligt. Als we ons durven laten slijpen en schuren door het leven zelf, dan gaat essentie steeds meer onze persoonlijkheid doordringen en overnemen, en transformeert deze. Onze ego-persoonlijkheid blijkt een imitatie te zijn van een wezenlijk aspect van onze ware natuur: de essentiële persoonlijkheid, die wel de parel van essentie wordt genoemd. Deze zet op een vanzelfsprekende manier haar capaciteiten in: ze is autonoom en contactvol, en kent geen geldingsdrang.

In dit proces van transformatie, waar we meer in contact komen met de essentiële kwaliteiten van onze ware natuur, verschuift onze identificatie. We ontdekken dat we niet ons ego zijn. Dat zien we in type Vier. Hier komen we in contact met onze essentiële Identiteit, die in sommige tradities het 'Ik Ben' wordt genoemd. We zijn essentie.

Zo beschrijft Almaas bij elk punt in het enneagram een aspect van onze ware natuur. Soms is dat een specifieke essentiële kwaliteit. Bij andere punten gaat het om aspecten die alle kwaliteiten in zich dragen, zoals we zagen bij punt Drie. Bij enneatype Negen bespreekt hij een non-duale dimensie, namelijk die van grenzeloze liefde.