

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие к русскому переводу <i>The Complete Enneagram</i> .....	6
Предисловие переводчика .....	10
Введение: самосознание и эннеаграмма.....	12
Глава 1. Эннеаграмма как основа для понимания многомерной природы личности .....	26
Глава 2. Эннеаграмма как универсальный символ древнего учения: взгляд источников вечной мудрости на цель человека.....	49
Глава 3. Архетип точки 9: тип, подтипы и путь роста .....	69
Глава 4. Архетип точки 8: тип, подтипы и путь роста .....	106
Глава 5. Архетип точки 7: тип, подтипы и путь роста .....	154
Глава 6. Архетип точки 6: тип, подтипы и путь роста .....	207
Глава 7. Архетип точки 5: тип, подтипы и путь роста .....	255
Глава 8. Архетип точки 4: тип, подтипы и путь роста .....	298
Глава 9. Архетип точки 3: тип, подтипы и путь роста .....	345
Глава 10. Архетип точки 2: тип, подтипы и путь роста .....	389
Глава 11. Архетип точки 1: тип, подтипы и путь роста .....	432
Приложение. Помощь в определении вашего эннеатипа: сходства и различия между парами типов .....	468
Примечания .....	516
Список использованной литературы .....	522
Благодарности.....	525

«Вам не нужно и, по сути, вы не можете научить желудь вырасти в дуб. Но если дать ему шанс, его внутренние возможности разовьются. Точно так же человеческий индивид, получив шанс, стремится развить свой особый человеческий потенциал... Короче говоря, он будет расти, практически не отвлекаясь, в направлении к самореализации.

Но, как и любому другому живому организму, человеческому индивидууму нужны благоприятные условия для роста "из желудя в дуб", ему нужна атмосфера тепла, дающая и чувство внутренней безопасности, и внутреннюю свободу, позволяющая иметь собственные чувства и мысли и выражать себя. Он нуждается в доброй воле других не только для того, чтобы те помогли ему в многочисленных нуждах, но и чтобы направлять и поощрять его, чтобы он стал зрелым и реализованным человеком. Ему также нужны здоровые разногласия с желаниями и волями других. Если он может таким образом расти вместе с другими, в любви и в разногласиях, он также будет расти в соответствии со своим истинным "я".

Карен Хорни,  
доктор медицинских наук,  
*Neurosis and Human Growth:  
The Struggle Toward Self-Realization-*

## **ПРЕДИСЛОВИЕ К РУССКОМУ ПЕРЕВОДУ THE COMPLETE ENNEAGRAM**

С большим удовольствием пишу это предисловие к русскому изданнию «Целостной эннеаграммы» (*The Complete Enneagram*). Я чрезвычайно благодарна Элине Золотовой за то, что взяла на себя работу по переводу этой книги для российской аудитории.

Эннеаграмма служит основой для мощной психодуховной системы самопонимания. Это очень эффективная карта для саморазвития, которая предлагает четкий путь роста для каждого из девяти типов и конкретные шаги, которые люди могут предпринять, чтобы исцелиться и проявить полностью свой потенциал. Сила эннеаграммы проистекает из внутренней согласованности теории, лежащей в ее основе, глубокого смысла и уроков о бесконечных возможностях эволюции человечества, содержащихся в ней:

Центральное место в основанном на эннеаграмме учении о том, как люди могут расти и развиваться, занимает идея, что мы не являемся нашей личностью — мы гораздо больше, чем та специфическая часть или аспект нас самих, которую мы принимаем, чтобы проложить свой путь в мире. Однако мы ошибочно отождествляем себя с привычками, паттернами и стратегиями выживания, которые составляют нашу «личность», и приходим к убеждению, что личность, или это, — это все, чем мы являемся. Эннеаграмма помогает более ясно увидеть бессознательные паттерны, составляющие личность, а также мировоззрение и связанные с ним автоматические, привычные способы мышления, чувства и поведение — как отправную точку для индивидуализированных путей саморазвития. Таким образом, изучая то, чем *не* являемся, мы приходим к открытию того, кто мы есть на самом деле, и достигаем более высокого уровня осознания.

Задолго до того, как решила пойти учиться на психотерапевта, я в 1990 году изучала эннеаграмму у одного из первых учителей этой системы в Соединенных Штатах, доктора Дэвида Дэниелса.

С эннеаграммой я столкнулась случайно, так как доктор Дэниелс был отцом одного из моих друзей детства. В 1997 году я окончила профессиональное обучение эннеаграмме в школе, которую доктор Дэниелс основал вместе с Хелен Палмер, соавтором одной из первых популярных книг об эннеаграмме, опубликованной в Соединенных Штатах в конце 1980-х годов.

Встреча с эннеаграммой изменила ход моей жизни и карьеры. Я впервые обнаружила это, когда начала обучение в аспирантуре по коммуникационным исследованиям, в рамках которого изучала влияние средств массовой информации на политику. Однако, когда я стала использовать эннеаграмму для самопознания и вступила на собственный путь саморазвития, мой глубокий интерес к системе и процессу трансформации человека привел к смене курса и возвращению к обучению — теперь уже психотерапии. И поэтому, пройдя обучение и начав работу с людьми в качестве психотерапевта, я стала использовать эннеаграмму, благодаря которой лучше понимала процесс роста и исцеления. Эннеаграмма помогала быстро и эффективно обнаруживать источники страданий моих клиентов и предлагать шаги, необходимые для оказания им помощи.

Применяя эннеаграмму в работе с клиентами в психотерапии, я обнаружила, что работа современного пионера эннеаграммы Клаудио Наранхо была лучшим источником информации о девяти типах личности, их ключевых чертах и путях роста.

Одним из моих главных намерений при написании этой книги в годы, предшествовавшие ее публикации в 2013 году, было переориентировать внимание мирового сообщества изучающих эннеаграмму на основополагающие работы Клаудио Наранхо. За несколько лет до смерти (Наранхо умер в 2019 году) он впервые предложил свои SAT-ретриты (от *seekers after truth* — искатели истины) в России. На его тренингах SAT в Германии в 2016 и 2018 годах я познакомилась с несколькими людьми из Москвы, которые имели возможность изучать систему непосредственно у него, на одном из этих ретритов. Я считаю, что учение Наранхо было одним из факторов, которые помогли пробудить интерес к эннеаграмме в России.

Чилиец по происхождению, психиатр с американским образованием, Наранхо был важной фигурой в движении за человеческий потенциал в Соединенных Штатах и в раннем развитии и формировании системы эннеаграммы. Изучив основу теории у Оскара Ичазо (около 1970 года) в Арике, Чили, Наранхо работал с эннеаграммой в рамках специальной группы психологического и духовного развития в Беркли, Калифорния, США, в 1970-х годах.

Наранхо использовал информацию, которую получил от Ичазо, и еще более усовершенствовал ее, дополнив собственными обширными знаниями о западной психологии, восточных духовных учениях и подходе Г. И. Гурджиева «Четвертый путь». Намерение Наранхо состояло в том, чтобы развивать и использовать идеи, полученные о типах эннеаграммы, в частном порядке с его группой «искателей», сосредоточившись на широком спектре методов личностного роста, включающих различные формы медитации, гештальт и другие направления психотерапии. Но информация об этой мощной системе типологии личности просочилась из его группы, когда несколько ее членов поделились знаниями с другими людьми в США, уже за пределами первоначальной группы Наранхо.

По мере распространения эннеаграммы многие из тех, кто со-прикасался с описаниями эннеатипов, приведенными в работах Наранхо, видели силу этого учения для углубления самопознания. Это привело к публикации книг об эннеаграмме в конце 1980-х годов. Однако в этих книгах некоторые элементы системы были изменены и расширены — и не всегда удачно, на мой взгляд. Наранхо также разочаровался в аудитории изучающих эннеаграмму в США, полагая, что учение используется ими поверхностно, и надолго перестал преподавать ее там. Таким образом, в течение десятилетий после 1970-х годов его влияние набирало силу и широко распространялось в Южной Америке и Европе и со временем ослабевало в США. Так что можно говорить, что в определенном смысле теория эннеаграммы в Соединенных Штатах отошла от некоторых оригинальных учений Наранхо.

В полной мере я осознала это в 2004 году, когда имела возможность узнать об инстинктивных подтипах эннеаграммы непосредственно от Наранхо на международной конференции в Вашингтоне, округ Колумбия. Он и несколько учителей были приглашены представить двадцать семь подтипов эннеаграммы — три варианта каждого из девяти типов, основанных на том, какой из трех инстинктов выживания является самым сильным. Когда я впервые узнала о своем подтипе на этой конференции и поняла, что означало быть Двойкой Самосохранения, то пережила новую революцию в понимании себя. Благодаря этому опыту я увидела, что некоторые учителя после Наранхо преподавали теорию эннеаграммы, основываясь больше на собственных интерпретациях учения — в отрыве от его первоначальной работы, и это не всегда было хорошо. Поэтому я решила получить у Наранхо все что могла, чтобы лучше понять его работу и обновленное учение о подтипах. Это привело меня к мысли написать

книгу, основанную на работе Наранхо о типах и подтипах, потому что американская аудитория — и другие изучающие эннеаграмму по всему миру под влиянием американских учителей и их книг — все больше отдалялись от трудов Наранхо.

Хотя многие воспользовались эннеаграммой как инструментом роста за последние пятьдесят лет, с тех пор как она была «открыта заново», некоторые из ранних приверженцев работы Ичазо в Арике и последователей Г. И. Гурджиева (с акцентом на большой программе самостоятельной работы, связанной с использованием символа эннеаграммы) не приветствовали популяризацию этой глубокой системы. Но эннеаграмма, скорее всего, возникла на века раньше учения в том виде, в котором оно нам известно сейчас. И хотя точное происхождение эннеаграммы остается неизвестным, многим из нас, кто использует эту систему, ясно, что ее сила и точность исходят из того факта, что она связана с древними традициями мудрости, целью которых было понимание смысла жизни, — и дает нам возможности для эволюции к более высокому состоянию сознания.

Но, несмотря на все противоречия и загадки, связанные с эннеаграммой, кажется очевидным, что мы в современном мире нуждаемся в такой системе, потому что она обеспечивает ясный путь к «пробуждению» — помогает выйти из транса отождествления с эго и его привязанностями. Я надеюсь, что, изучая и используя эннеаграмму ради лучшего понимания себя и повышения уровня самосознания, мы сможем более целенаправленно объединиться с собратьями-людьми, чтобы положить конец вражде и предрассудкам, которые происходят из корыстных устремлений человеческого эго — и его низкого уровня осознания. Изучая и применяя систему эннеаграммы, мы получаем доступ к инструменту, который может помочь расширить способность к самопознанию и увеличить эмпатию к окружающим людям.

Большое вам спасибо за интерес к этому материалу и процессу эволюции человека.



Беатрис Честнэт,  
PhD MA MFT, The Chestnut Group  
и Chestnut Paes Enneagram Academy