

エニアグラムと私

AKIKO さん

私のエニアグラムとの出会いはとても恵まれたものだった。今から20年以上前、その頃とても影響を受けていた翻訳家の山川紘矢氏のブログに「絶対お勧めのワークショップ」と記されたのが、リソ・ハドソンの国際ワークだった。記事を読んだのは開催直前で、参加にはエニアグラムの書籍を読むことが条件になっていたが、お願いして未読のままワークショップに参加した。自分のタイプもエニアグラムの知識も全くないままのワークショップだったが、リソさんの圧倒的な存在感とハドソンさんとの掛け合いで語られるエニアグラムは、真摯に学んでいけば本質に触れることができるにちがいないと確信できる衝撃的なものであった。

そして、自分のタイプ探しが始まった。本を読み、チェックリストをやってもしっくりこない。早く見つけて次の段階に行きたいという思いが強く、焦っていたし、次第にイライラもしてくる。数ヶ月間、色々な団体やグループのワークショップに手当たり次第参加していた。それぞれの団体グループにはそれぞれカラーがあって、タイプ探しに悩む私にとっても親身に関わってくれたところもあった。そんな時、中嶋さんの発した「(ワークショップに行つて)いつも同じ気持ちで帰ってくるって違うと思うんだよね」という言葉が決め手となりエニアグラムアソシエイツのワークで学び続けることとなった。

9つあるタイプの中で7番目に候補にあげていた(つまり「これじゃない」と思っていた)タイプ2が自分のタイプと腑に落ちたのはワークの後の何気ない会話からだ。タイプが判った時のふっと身体が軽くなった様な、小さな確かな自分をやっと見つけてあげることができたと思えた感覚は今でも忘れられない。タイプ探しは苦しいかもしれないが解ってしまうともう戻れない貴重な時間であるから、じっくり諦めずに探し続けて欲しいと強く思う。チェックリストだけで簡単に自分のタイプを決めてしまうのはもったいないと思うのだ。

性格は自分を守る鎧に例えられる。本質にたどり着くために性格の鎧を脱ぐには、その鎧がどんな型の鎧なのか知らなければどこから脱いでいいかもわからない。その鎧の型が9タイプあるという。しかし、私達は鎧のまま生活している訳ではなくその上に、性別や職業や家族や時代などその時々に必要な立場の役割という衣類を着ている。その衣類を脱ぐのでさえ大変なのだ。いつも衣類を着ているのだから自分と一体化しているのだ。

その後も年々進化し続けるエニアグラムを学ぶことは本当に楽しかった。人との違いを違ってあたり前ということを受け止め、根源的な恐れや欲求を知ること、日常生活でも他者に対してそれぞれの人がその背景や測り知れない奥深さをもっているとして関わることで、感情的に振り回されることが少なくなり人間関係のストレスは確実に減っていった。

とはいえ何年経っても、知識を学ぶだけで精一杯であっても智慧として使うことができないでいた。他者をもっと知りたいと思う時、その人のタイプを手掛かりにと思うが、タイプを通してしてみると解ったような気になり整理はできるが、本人が遠くなるもどかしさ。自己探求を深めているはずなのに劇的な変化はなく日常に追われる自分へのもどかしさ。仕事が変わり時間的にもワークに参加できなくなった数年間、エニアグラムの書籍はほとんど本棚に置かれたままだった。

今回、中嶋さんからエニアグラムを体系的に学べるという知らせがあった。もう一度自身とエニアグラムを学び直したいと新鮮な気持ちで受け止めた。自分は学びが浅いのだ、だったら学び続ければ良い、と。自分の人生のタイミングにも合っていた。

講座が終了した今、知識が智慧になったかと問われとてもイエスとは言えない。劇的な変化があったわけでもない。しかし、0か100ではない。エニアグラムという人生の地図の解像度が上がった。講座を受講することで地図を読める自分になったと思えている。もちろん探求は今後も続いていくのだが、地図を手にした有難みと共に。

自分のタイプを知り、統合・分裂の方向、健全度、鉛の法則、黄金の法則等エニアグラムの知識がなかったら、ゾッとするほど薄っぺらな、もっと人を傷つけてしまう人生だったかと思う。ワークで出会えたメンバーを思うと参加しなかったら何とも独りぼっちなままだったと怖くなる。

出会いが恵まれていただけでなくエニアグラムは私にとって恵みそのものなのだ。