

『幾度も出会うエニアグラム』（私とエニアグラム）

吉野 賢

エニアグラムと初めて出会ったのは 17 年前です。たまたま見つけた性格診断、「わりと当たっているな、そうだよな」という感じでした。当時は研修会社の新人教育リーダー、後輩達に診断テストをやってもらい、みんなで盛り上がったのを覚えています。ただし、心に残るものは無く、面白かった雑誌の特集記事のように読み終わったら満足してすぐ忘れてしまうように、エニアグラムは私の中からすぐに消えてしまいました。

エニアグラムと二度目に出会ったのは 13 年前です。自宅の近所のブックオフで、中古本『やさしいエニアグラム』との出会い。何となく手にとって読み進めるうち、汗が出てくる。自分の悪い所、悩ましい所がそこに全部書いてあって「何だ、この本は！」と驚きました。買って家に帰り、むさぼるように読みました。それを皮切りに、世に出ているエニアグラム本を十数冊買って食い入るように読みました。

「そうか、タイプを間違えていたんだ…」タイプ 2 ではなく、タイプ 6 である自分の本質が腹落ちしました。企業研修・人材育成の仕事にしていた私にとって「これは真剣に探求していきたい」と夢中になったエニアグラム。独学ながら学んでいるうちに、エニアグラムの知識が点から線になり、立体になってきました。何冊かの本がマーカーとふせんと書き込みいっぱいの“私バイブル”になりました。私にとって、すばらしい自己啓発のバイブル。他人の心を知っていくためのバイブル。

エニアグラムについて人に熱を持って話すようになり、それを聞いて人が涙を流したり、「吉野にエニアグラムの話を聞いてみるといいよ、自分がわかるから。」と人に勧めてくれる人が現れ出しました。忙しい毎日の中でも、心のどこかにエニアグラムがありました。もともと、人づきあいはあまり得意ではありませんでした。9つのタイプの違いを探求することで、他人と付き合うことが前ほど苦手ではなくなってきました。

エニアグラムとの三度目の出会いは、起業したばかりで人生の中で一番心細かった時期。自信を持ってやっていけるように、頼りになる“道しるべ”になるものを真剣に探していた 10 年前のあの頃。自分の強みで生きていく、人と会社を応援して生きていくと決め、そのために自分の眠っている能力を引き出す必要性、人や組織を活性化させる“実際的で頼りになる何か”を必要としていました。

「エニアグラムをもっと深く学んだらいいのではないか？」と閃き、幾つかワークショップに行った後に巡り会えたのが中嶋真澄さんのエニアグラムアソシエイツ。師から学べる嬉しさ、学ぶ仲間がいることの嬉しさ。サロンには不思議な居心地の良さがありました。毎

月通い、そこで学ぶことが私の大事なルーティンになっていきました。

エニアグラムについても、「まだまだ何もわかってなどいないのだ」とわかってきました。そして「もっとわかりたい！活かせるようになりたい！」と心底思うようになりました。サロンで色々なタイプの皆様をよく見て、話をよく聞いて、体で感じることを大事にするようになりました。中嶋さんに、私の対人関係の悩みを相談して、アドバイスをいただき、やってみる。報告する。また相談させていただく。とても有難い、充実した学びでした。

仕事やプライベートで、関わる人のタイプを自分なりに見立て、良い関係性を気づくためにエニアグラムの知恵を試してみる。相手の良き理解者、応援者になるため、その人を知るために日々エニアグラムを意識していました。起業して自分自身を信頼して生きていく上で、自己理解が深まり、セルフコントロールがだんだん上手になっているのが、実感として感じられました。自己啓発から、自己実現のエニアグラムへ。そして大変有難くも残念なことに仕事がとても忙しくなり、次第にサロンに行けなくなってしまいました。

そして四度目のエニアグラムとの出会いが、コロナ禍の始まった2020年の夏に訪れました。エニアグラムアソシエイツのHPで中嶋さんの投稿記事「コロナ時代のエニアグラム」を読んで衝撃が走った感覚、今も覚えています。

当時は緊急事態宣言下で研修仕事が全然できなくなってしまい、必死にリモートワークに移行していた最中、精神的にも追い込まれていました。そして、新型コロナという未知の脅威に誰もが神経を尖らせていて、身近なあちこちで人間関係がおかしくなっているのを感じていました。なぜかお互いが分かり合えない。助け合い協力し合ってこの危機を乗り越えていかなきゃいけないのに、人や組織や家族関係でお互いの心の距離が以前よりも離れていくようだ…。

コロナ禍が私達に見えないダメージを与えていることを知ること、肯定型・合理型・本気型の違いをわかり、異なる問題対処をあわせ持つ必要がある、人とつながりを持つ必要があるという中嶋さんのメッセージが心につきさりました。今こそ、エニアグラムを学び直して、関わりある企業経営者達やリーダー達に私が伝えていかなければ！中嶋さんにオンラインの個別セッションを申し込み、本気のスイッチを入れて学びはじめました。使命感のようなものを抱いたのはこの頃です。この時代をみんなが生き残るためにエニアグラムの知恵が必要、夢中になって学んで身近な大切な人達に学びを届けました。

シンクロシティの不思議で、オリジナルの教育教材をつくる起業家塾を受講する権利を先輩から譲り受けました。中嶋さんに全面協力いただいて、企業経営者のためのエニアグラム式コーチングのプログラムを練り上げ、6ヶ月のオンライン講座としておつきあいのある社長さん達の学びを全力サポートさせていただきました。受講いただいた皆様にとっても喜んでいただき、修了していただくことができました。たくさんの仕事をしながら講座づくりにエネルギーを注ぎ過ぎたためか、燃え尽きた感。その後、なぜか動けなくなりました。

そして昨年迎えた五度目のエニアグラムとの出会いが、中嶋さんから「講座をつくるので、一緒にやりませんか」というお誘い。中嶋真澄さんの集大成となるエニアグラム講座を、一緒に運営していく。中嶋さんの思いや構想を聞かせていただき、コンセプトから一緒に考えさせていただきました。「エニアグラムアソシエイト養成講座でいこう」と目指すものが定まり、名前が決まった時に、身も心も震える思いがしました。

コーチ役として皆様に関わり、お支えしていく。私よりもはるかにエニアグラムを長く学んでおられる学びの先輩達が受講生、自分の立ち位置にとまどい、すごい緊張もありました。初めてエニアグラムを学ぶ皆様もおられ、どのようにこの講座に、第一期生の皆様にコミットしていけばいいのだろう、と模索をしながら私自身のエニアグラムを学んでいく、今までにない6か月になりました。

もともと、中嶋さんからしっかり学びたかった「エニアグラムメディエーター」になるための12ステップを系統立てて学べる喜び嬉しさ。学ぶほどに奥深くて、自分がまだまだ浅学であることを繰り返し再認識させられる、密度の濃い学びのグループセッション。そして、第一期生の皆様と個別のコーチングセッションをさせていただくなかで、お一人おひとりの人生や心の奥深くに触れさせていただきました。お一人おひとり違う、何のためにエニアグラムを学ぶのか？どう活かしていくのか？人生としての、その人の生き方としてのエニアグラムにたくさんふれさせていただいた6か月間でした。

12ステップすべてが、私にとって大切でかけがえのない学びになりましたが、特に衝撃を受けたのが、ステップ11の「固着と聖なるアイデア」。かつては「疑いや心配の目」で世界を見ていた自分から、「人生を信頼する目」で世界を見るようになってきている自分自身の変化をじっくり感じたグループセッションでした。

真の自己を生き、自分の本質を知っていくためのエニアグラムの活用。自分の人生をきわめるため、これからもエニアグラムを学んでいく。そのスタートになったように感じています。中嶋さんに、第一期生の皆様に出会えたおかげ、心より感謝です。

そして、このレポートを書き進めながら、「この人生であと何度エニアグラムに出会えるだろう？」とわくわくしてきました。まだまだ道半ば、九度目に出会う時には「あるがままのエニアグラムをあるがままに見られる私」になっているといいな、と願います。

最後に。たくさんの方に、エニアグラムを知ってもらいたいです。必要とされる方がその人の人生のタイミングでエニアグラムに出会えるよう、実践者の一人として、入口の「やさしいエニアグラム」を伝えていく一人として、これからもエニアグラムと楽しく共に生きていきます。

中嶋真澄さん、いつも本当に有難うございます！

中嶋さん、皆様、これからもどうぞよろしくお願い致します。

2023年1月28日 吉野 賢