

درک و دریافت انیاگرام

راهنمای عملی برای شناخت تیپ‌های شخصیتی

تألیف:

دان ریچارد ریسو و راس هادسون

ترجمه و تحقیق:

جعفر واعظی

ویراستاران:

احمد آخوندی - محسن جاویدمؤید



انتشارات بازاریابی

فهرست

۷	سخن ناشر
۱۵	دیباچه
۱۷	مقدمه‌ی مترجم
۲۵	مقدمه و سپاسگزاری نویسندگان

بخش اول

	اصول اولیه و سیر تکاملی جد
۳۵	فصل اول: راهنمای عملی شناخت تیپ‌های شخصیتی
۷۱	فصل دوم: انیاگرام سنتی
۱۱۷	فصل سوم: نه تیپ شخصیتی
۲۰۹	فصل چهارم: لایه‌های رشد و توسعه

بخش دوم

	ارزیابی و شناخت
۲۴۵	فصل پنجم: شناخت تیپ شخصیتی شما: پرسشنامه
۲۷۱	فصل ششم: تشخیص‌های اشتباه

بخش سوم

یافته‌های جدید، راههای جدید

۳۴۵	فصل هفتم: مراکز هوش
۳۸۷	فصل هشتم: دسته‌بندیهای روانشناختی
۴۱۹	فصل نهم: مباحث پیشرفته
۴۳۷	فصل دهم: توصیه‌هایی برای رشد و توسعه‌ی تپهای نه‌گانه
۴۷۳	فصل یازدهم: شخصیت، جوهر وجود، و معنویت
۵۰۷	تعلیقات و توضیحات
۸۳۷	ضمیمه: سیمانی - یاد از افراد مشهور از چشم‌انداز انیاگرام
۸۵۹	فهرست راهها
۸۹۳	کتابنامه
۹۱۷	آشنایی با فعالیتهای شرکت توسعه‌ی مهندسی بازارگستران آتی (TMBA)

مقدمه‌ی مترجم

«کمترین چیزی که نیاز گرام، ما را راهنمایی می‌کند، این است که یاد بگیریم چگونه آگاهانه شخصیت ابگ معر را به خود بزرگتری تسلیم نکنیم تا اینکه بتوانیم در سفر مقدس زندگی^۱، مسافران هوشمند و آگاه باشیم. در حقیقت، این متضمن ترک چیزی اندک - تیپ شخصیتی^۲ - برای به دست آوردن هدیه‌ای بزرگ است: زنده بودن جان و روان.»

شاید خالی از لطف نباشد سفری را^۳ مولانا جلال‌الدین پس از ملاقات با شمس تبریزی شروع کرد، به این سفر تشبیه کنم. سفری که «از مقامات تبّال تا فنا / پله پله تا ملاقات خدا» بود. «همه را بیازمودم، ز تو رستم نیامد / چو فروشدم به دریا چو تو گوهرم نیامد / سر خنب‌ها گشادم، ز هزار خم چشم / و شراب سرکش تو به لب و سرم نیامد».

این مسافر می‌تواند همان «جوجه اردک زشت»^۴ باشد که با «حرار وجود» خود پی برده است و در فضای بیکران آسمان، پرواز در اوج را تجربه می‌کند. «یک روز عصر، وقتی که خورشید، با شکوه و جلال بسیار غروب می‌کرد، گروهی از مرغان زیبا و بزرگ، از میان بوته‌ها بیرون آمدند. آنها به صورت خیره‌کننده‌ای سفید بودند و گردنی بلند و خمیده داشتند... آنها قوهای سفید بودند که در دل آسمان، نرم و

۱- درک و دریافت انیاگرام / ۵۰۴ - ۵۰۵، کتاب حاضر.
۲- مثنوی معنوی بر اساس نسخه‌ی قولیه ۵۱۶/۱ دفتر سوم.
۳- غزلیات شمس تبریز / ۴۶۳.

4. The Ugly Duckling

سبکبال، از مناطق سردسیر به سمت مناطق گرمسیر، پرواز می کردند. جوجه اردک، هرگز، چیزی به این زیبایی ندیده بود.^۱

این مسافر می تواند سفر کرم درون سیب به جهان بزرگ بیرون سیب، در مثنوی معنوی مولانا جلال الدین، باشد: «آسمانها و زمین یک سیب دان / کز درخت قدرت حق شد عیان / تو چه گرمی در میان سیب در / وز درخت و باغبانی بی خبر / آن یکی گرمی دگر در سیب، هم / لیک جاننش از برون صاحب علم / جنبش او و شکافد سیب را / بر تاند سیب آن آسیب را / بر دریده جنبش او پرده ها / صورتش کرم است و معنی اش ها.^۲

کلا یو نارانهو^۳ از بزرگان جهان امروز و از پیشگامان انیاگرام، در معرفی یکی از کتابهای انیاگرام که در ورد کسب و کار است، و ترجمه ی فارسی آن (بسط و پرورش بهترینهای خودمان در سوره ی کار: چگونه سیستم انیاگرام را برای موفقیت بیشتر مورد استفاده قرار بدهیم) اینترنتم همین کتاب، به زودی تقدیم خواهد کرد، می گوید: «دنیای کسب و کار، جهان اینترنت می کند و سرنوشت ما بستگی به وضعیت روانی معنوی کسانی دارد که در این حوزه حضور دارند.» انیاگرام، که ترکیبی غنی شده از رویکردهای معنوی سنتی با آموزه های روانشناسی نوین عمیق است، می تواند به جان و روان انسان در سفر زندگی، سرور و طرب ببخشد و زندگی ما را سرشار از «ترانه های شیرین و بهانه های زرین» بکند.

دوست می دارم به قول اسکار ایچازو^۵، یکی دیگر از اولین پیشگامان انیاگرام، «برکت» مابین انسانها بیشتر جاری بشود. اسکار ایچازو در یکی از مصاحبه های خود می گوید: «شما فقط موقعی می توانید بگویید به دانش واقعی دست یافته اید که از شروع آموزش به خودتان گفته باشید که هر چیزی که یاد می گیرید می خواهید به موقع مناسب به کس دیگری یاد بدهید. برای اینکه اگر شما فقط برای خودتان یاد

1. What's My Type? Use the Enneagram system of 9 personality types to discover your best self, 131.
۲- مثنوی معنوی بر اساس نسخه ی قونیه ۶۲۲/۲ دفتر چهارم.
3. Claudio Naranjo
4. Bringing Out the Best in Yourself at Work, How to Use the Enneagram System for Success, by Ginger Lapid - Bogda, Phd.
5. Oscar Ichazo

می‌گیرید، مقدار برکتی^۱ که نصیب شما می‌شود، خیلی کم است، خیلی اندک است. حتی می‌تواند هیچ باشد. تنها راهی که برکت جاری می‌شود زمانی است که شما، درک کنید که چیزی را که کسب می‌کنید، برای شما نیست. آن برای همه است، برای اینکه آن یک حقیقت است. یک حقیقت عینی. و این یک قانون است که آن برای همه است. پس برای خودتان کسب نمی‌کنید، شما با این احساس کسب می‌کنید که شما یک کانال هستید. پس برکت جاری می‌شود. اگر شما احساس نکنید که یک کانال هستید بلکه، مخزنی هستید که به خاطر پر شدن، پر می‌شود، جریانی وجود ندارد.^۲ یچازو در جایی دیگر در جمع اریکایی‌ها^۳ می‌گوید: «هر موقع ما با هم هستیم، جان و معنی آنجاست، برکت، به صورت آشکار مابین ما جاری می‌شود.»^۴ لازم می‌دانم در این مورد، نخست از پدر و مادر خود قدردانی و تشکر کنم که نعمت حضور در این جهان زیبا، برای من امکانپذیر ساختند و دعای خیر آنها همیشه بدرقه‌ی راه پر فرازونشیب زندگی من بوده است، در وهله‌ی دوم از همسر و فرزندانم که امکان این تعمق و اندیشه ورزی در یکی از ده‌تاوردهای بزرگ بشری یعنی انیاگرام را فراهم آوردند و پشتیبانی کردند، سپاسگزار می‌کنم. قدردانی و سپاس از آموزگاران خود، از اولین سالهای دبستان در روستای شندآباد. شستر تا دانشگاه تهران، در زبان انگلیسی و فارسی و دیگر علوم بر من فرض و راجب است که حلاوت و شیرینی متن فارسی، اگر باشد یادگار آن بزرگواران است. برای من تمرین و یادگیری انیاگرام از محیط کسب و کار شروع شد و همواره از لطف و همراهی همراهان خود در کسب و کار در یادگیری بهره‌مند بوده‌ام، درود بر همه‌ی آن همراهان که طی این سفر بدون یاری و مشارکت آنها، به سختی میسر می‌شد. و در نهایت، تحسین و ستایش من نثار آموزگاران پیشگام انیاگرام در سراسر جهان بادا که بذرا امید و آگاهی می‌کارند و تماشای هستی را از زوایای مختلف و از چشم‌انداز طیفهای مختلف رنگین‌کمان معرفت بشری امکانپذیر می‌سازند.

1. Barakath

2. Interviews with Oscar Ichazo, 101

3. Aricans

4. Interviews with Oscar Ichazo, 119

این مقدمه بدون تشکر و سپاس از طراح دیاگرامها و ارباب نشر این کتاب، تمام نمی‌شود. درود و تحسین بر آنان که زیبایی فرم و صورت یادگار این عزیزان است که با این کار خود، «رستاخیز کلمات» را امکانپذیر می‌سازند.

مترجم خوشحال و مسرور خواهد شد اگر در مسیر «گل آرایی ذهن» خوانندگان این اثر، و جریان و سیلان این معرفت بشری سهم کوچکی داشته باشد، همچنان که مجتبی کاشانی می‌سراید: «ذهن ما باغچه است / گل در آن باید کاشت / و نکاری گل من / علف هرز در آن می‌روید / زحمت کاشتن یک گل سرخ / کمتر از زحمت برداشتن / زرنگی آن علف است / گل بکاریم بیا / تا مجال علف هرز فراهم نشود / بی گل آرایی ذهن / نازنین؛ / نازنین؛ / نازنین / هرگز آدم، آدم نشود.»^۱

دان ریچارد ریسو و راس هادسون^۲، نویسندگان کتابهای پرفروش: تیپهای شخصیتی: استفاده از انیاگرام برای کشف خود (۱۹۸۷ - ۱۹۹۶)، درک و دریافت انیاگرام: راهنمای عملی برای شناخت تیپهای شخصیتی (۱۹۹۰ - ۲۰۰۰)،^۳ کشف شخصیت خود: پرسشنامه انیاگرام (۱۹۹۲ - ۱۹۹۵)،^۴ تغییر و تحول بر اساس آموزه‌های انیاگرام: رهاییها و تصدیقها برای رشد و توسعه تیپ شخصیتی شما (۱۹۹۳)،^۵ و حکمت انیاگرام: راهنمای کامل رشد و رانشناختی برای تیپهای شخصیتی نه گانه (۱۹۹۹)^۶ و از آموزگاران پیشگام انیاگرام هستند. کتاب: تغییر و تحول بر اساس آموزه‌های انیاگرام: رهاییها و تصدیقها برای رشد و توسعه تیپ شخصیتی شما، در سال ۱۳۹۶ را مترجم حاضر ترجمه و منتشر کرده است. اینک ترجمه و تحقیق کتاب: درک و دریافت انیاگرام: راهنمای عملی برای شناخت تیپهای شخصیتی، تقدیم فارسی‌زبانان می‌شود.^۸

۱- برگرفته از شعر مجتبی کاشانی

2. Don Richard Riso and Russ Hudson

3. Personality Types: using the Enneagram for self-discovery (1987, 1996)

4. Understanding the enneagram: Practical Guide to personality Types (1990 - 2000)

5. Discovering your personality types: The Enneagram Questionnaire (1992, 1995)

6. Enneagram Transformations: Releases and Affirmations for Heading your personality Type (1993)

7. The wisdom of the Enneagram: the complete Guide to psychological and Spiritual Growth for the Nine personality Type (1999)

۸- برای توضیح بیشتر در مورد نویسندگان کتاب حاضر به توضیح (۱/۳) در صفحات ۶۳۷-۶۴۰ و توضیح (۴/۴) در صفحه ۶۸۳ مراجعه کنید.

در انتخاب عنوان کتاب حاضر: درک و دریافت انیاگرام، از پیشنهاد استادم، دکتر محمدرضا شفیعی کدکنی استفاده شده است. قبل از این مشورت، عنوان کتاب: درک و فهم انیاگرام، نام گرفته بود و شاید هم شناخت انیاگرام یا دانش انیاگرام. لازم به یادآوری است که مترجم حاضر، نگاه چندبعدی از چشم اندازهای مختلف، در عقل و عشق را به یادگار از حضرت ایشان دارند.

مشارکت کنندگان و نویسندگان و آموزگاران بزرگ دیگری نیز در این عرصه وجود دارند که مترجم امیدوار است بتواند از مکتوبات آنها نیز به زبان شیرین فارسی برگرداند و تقدیم خاندانان این سطور کند. کتابهای زیر از اولین هایی هستند که در آینده‌ی نزدیک منتشر خواهند شد:

- انیاگرام در کسب رکار: چگونه سیستم انیاگرام را برای موفقیت بیشتر مورد استفاده قرار دهیم. سطر و پرورش بهترین های خودمان در حوزه‌ی کار، تألیف: دکتر جینجر لپید بوقدا.
- انیاگرام کامل: ۲۷ مسیر برای رشدنا، تألیف: دکتر بئاتریس چسنتات.^۱
- سفری کوتاه همراه ۹ تیپ شخصیت انیاگرام، ترجمه و تألیف جعفر واعظی.^۲

در عین حال لازم به یادآوری است که «کتاب» می‌توانند آگاهیها و اطلاعات ارزشمندی در اختیار ما بگذارند، آنها می‌توانند بینش رینی به ما بدهند، آنها می‌توانند مشوق ما باشند، اما، دانش به تنهایی برای تغییر دادن ما کافی نیست. اگر چنین می‌بود، دانشمندترین افراد می‌بایست بهترین افراد باشند، و ما بر اساس تجربه‌های خود می‌دانیم که چنین چیزی واقعیت ندارد. دانش می‌توانست فضیلت باشد، رینی چنین نیست. ولیکن بیشتر دانستن در مورد خودمان ابزاری در جهت حرکت به سمت شادمانی و زندگی خوب است، اما داشتن دانش به تنهایی نمی‌تواند برای ما، فضیلت، شادکامی، و موفقیت به ارمغان بیاورد. کتابها نمی‌توانند برای همه‌ی مشکلاتی که ما

1. Braining out the best in yourself at work: How to use the Enneagram system for success by Ginger Lapid - Bogda, Ph.D.
2. The complete Enneagram: 27 Paths to Greater self-knowledge, by Beatrice Chestnat, Ph.D.
3. A Quick Tour of the 9 Types

با آنها روبه‌رو هستیم، پاسخی ارائه بدهند یا ما را از شجاعتی بهره‌مند سازند که برای پایداری در جستجو لازم است. به این دلایل است که ما باید هم به درون خودمان و هم فراتر از خودمان نگاه کنیم.»

در اینجا از کلام گورجیف مدد می‌گیریم که گفته است: «برای درک و دریافت انیاگرام، باید آن را چیزی بدانیم که در حرکت و جنبش است، یک انیاگرام ساکن و بی حرکت، یک نماد مرده است؛ نماد زنده در جنبش و حرکت است.»
و هوشنگ ابتهاج (ه. ا. سایه) چه نیکو می‌سراید:

«نمان من کرانه را

تو با شمار گام عمر ما مسنج

به پای او می‌است این درنگ درد و رنج

به سان رود

که در نشیب دره به سمت می‌زند

رونده باش

امید هیچ معجزی ز مرده نیست

زنده باش!»

ختم کلام اینکه «این حق مسلم و طبیعی است که خردمند و اصیل باشیم، با محبت و بخشنده باشیم، خودمان و دیگران را ارزشمند بشماریم، خلاق باشیم و به صورت دائمی خودمان را تازه و نو کنیم، در جهانی آسیریت و شگفتی به صورت ژرف درگیر شویم، شجاعت داشته باشیم، خوشحال باشیم و بارون دردسر به سیر تکاملی خود ادامه دهیم، قوی و کارآمد باشیم، اعتماد به نفس داشته باشیم، از آرامش ذهنی بی نظیر لذت ببریم، و بالاتر از همه، نسبت به معما و راز در حال شکوفایی زندگی خود حضور داشته باشیم» و «درک و دریافت انیاگرام» می‌تواند راهنمای خوب ما در این سفر باشد و ما را به زندگی در جوهر وجود رهنمون شود.

جعفر واعظی

زمستان ۱۳۹۷