



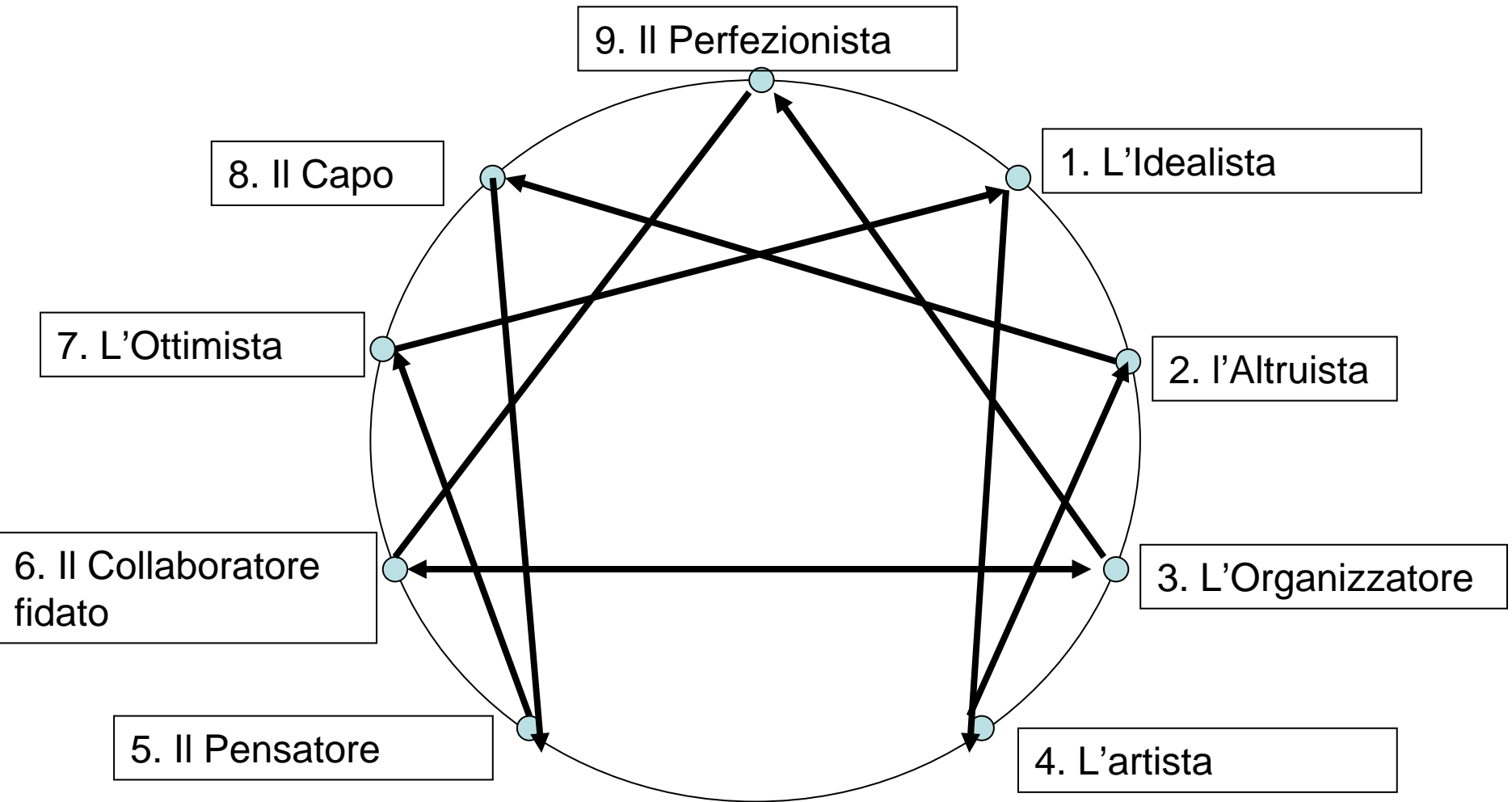
Laura Antichi

ESERCITAZIONE n. 26

Enneagramma

a cura di Laura Antichi

Enneagramma



Il test per individuare l'enneatipo

Per ogni sezione del test, scegli la voce (una sola) in cui ti riconosci maggiormente, e segna su un foglietto il numero tra parentesi posto alla fine della frase.

1. PER SENTIRMI A POSTO CON LA MIA COSCIENZA DEVO:

- Aiutare gli altri (2)
- Essere efficiente, pratico e avere successo nei miei obiettivi (3)
- Conoscere e imparare il più possibile (5)
- Essere "diligente" e fare il mio dovere (6)
- Fare ogni cosa al meglio delle mie possibilità (1)
- Divertirmi, stare allegro, godermi la vita il più possibile (7)
- Essere forte e difendere le cause giuste (8)
- Essere "diverso", distinguermi dalla massa (4)
- Riposare e lasciare che la vita scorra calma (9)

2. L'IMMAGINE CHE HO DI ME:

- lo mi muovo per primo se c'è da aiutare qualcuno (2)
- lo sono una persona efficiente, che cerca di fare bene ogni cosa (3)
- Mi distingo dagli altri in ogni cosa che faccio (4)
- Sono calmo tranquillo e soddisfatto di come scorre la mia vita (9)
- Sono perspicace e comprendo bene le cose (5)
- Sono forte e gestisco autorevolmente i miei rapporti (8)
- Sono ordinato e faccio sempre il mio dovere (6)
- Sono simpatico e cerco di divertirmi e godermi la vita (7)
- Credo di aver ragione il più delle volte (1)

3. MI SENTO REALIZZATO QUANDO RIESCO AD ESSERE:

- Originale Garbato Dotto (4)
- Assennato Accorto Ricettivo (1)
- Ligio Disciplinato Fidato (6)
- Ottimista Festoso Piacevole (7)
- Imparziale Solido Superiore (8)
- Placido Armonico Equilibrato (9)
- Franco Accurato Preciso (5)
- Espansivo Generoso Servizioevole (2)
- Vincente Esperto Pratico (3)

4. COSA PENSO DI ME STESSO QUANDO GLI ALTRI NON MI CAPISCONO

- lo sono una persona affidabile e sto alle regole anche se gli altri non ci stanno (6)
- lo sono felice, ma cerco nuove cose perché voglio esserlo di più (7)
- lo lotto ogni giorno per avere il mio spazio; devo prenderlo, senno' gli altri ne approfittano (8)
- lo lascio che il mio mondo vada come va, anche se gli altri vorrebbero che mi dessi da fare per cambiarlo (9)
- lo sono spesso nel giusto e le cose andrebbero meglio se si seguisse quello che dico (1)
- lo voglio bene agli altri, anche se non ricevo tanto bene quanto ne do (2)
- lo mi elevo sopra gli altri e questo li fa ingelosire (3)
- lo mi distinguo dagli altri e sento di non potermi adattare davvero al mondo che mi circonda (4)
- lo so capire le cose meglio degli altri e nessuno ne conosce quante ne conosco io (5)

5. LA COSA CHE MAGGIORMENTE EVITO

- Mostrare le mie debolezze (8)
- Scontrarmi con qualcuno (9)
- Cedere all'ira (1)
- Avere bisogno dell'aiuto di qualcuno (2)
- Far vedere che sbaglio (3)
- Una vita senza emozioni (4)
- La sensazione del vuoto interiore (7)
- Avere un comportamento sbagliato (5)
- La fatica del vivere (6)

6. COSA PENSO SE MI AFFIDANO UN INCARICO IMPORTANTE

Non mi do pace finché non ho realizzato quanto devo (1)

- Sono lusingato che mi abbiano cercato e farò più di quanto richiesto (3)
- Non potevano scegliere uno migliore di me e faccio pubblicità alla cosa (7)
- Dipende da come mi sento (4)
- Perché hanno cercato proprio me? Tuttavia lo faccio (5)
- Ho paura che mi abbiano scelto perché non c'erano altri; mi farò aiutare a farla (6)
- La faccio se mi piace, altrimenti cerco di scaricarla a qualcuno (8)
- Riesco a farla bene, se dipende solo da me (2)
- Appena mi sento la faccio (9)

7. COME MI COMPORTO DURANTE UNA LITE

- Difficilmente ammetto di avere torto (3)
- Evito che l'altro turbi il mio equilibrio interiore (9)
- Cerco di prendere tempo per meditare una reazione (6)
- Combatto, ma solo per difendermi dalla forza di chi ho di fronte (4)
- Cerco di evitare lo scontro, il più delle volte non vale la pena litigare (7)
- Impedisco all'altro di approfittarsi di me (5)
- Lascio che l'altro si sfoghi (2)
- Difendo con forza le mie ragioni (8)
- Non faccio capire all'altro la mia rabbia (1)

8. IMPEGNO VOLONTIERI LE MIE FORZE PER:

- Conoscere ciò che mi circonda (5)
- Collaborare con chi ho accanto (6)
- Godere le gioie della vita (7)
- Combattere per la giustizia (8)
- Vivere serenamente (9)
- Ricerca la perfezione (1)
- Aiutare chi mi sta accanto (2)
- Raggiungere i miei obiettivi (3)
- Conoscere me stesso (4)

9. QUANDO SONO CON GLI AMICI...

- Cerco sempre nuovi stimoli da condividere con tanti diversi (7)
- Sto con chi mi lascia parlare (8)
- Sono espansivo e mi lascio coccolare (2)
- Mi piacciono rapporti netti e precisi (1)
- Mi piace, ma - se sono molti - non so chi scegliere (6)
- Trovo subito qualcosa di quanto ho fatto da mostrare loro (3)
- Mi trovo solo con quelli che hanno feeling con me (4)
- Li ascolto con molta attenzione, ma senza mettere troppo del mio (5)
- Mi sento al sicuro e mi sbilancio anche oltre il mio normale (9)

Sintesi

- Alla fine del test, guarda qual è il numero che hai scelto più volte degli altri: il tuo ennea-tipo coincide con quel numero.
- Se tra i numeri che hai scelto non ce ne è uno in maggioranza rispetto agli altri, torna all'inizio del test e rifallo riflettendo sulle risposte, fino a quando non hai individuato un numero che ricorre più di frequente.
- Vai ora alla lista degli ennea-tipi e leggi il tuo profilo.

TIPO 1 - L'idealista

- TIPO 1 - L'idealista

Critico nei confronti di se stesso e degli altri, il Tipo Uno è una persona impegnata a migliorare le cose dentro e fuori di sé, creando un mondo di giustizia e ordine morale.

Valuta istintivamente le situazioni giudicando ciò che è bene o male, ciò che è giusto o sbagliato. È perfezionista, corretto e sincero. Ha senso pratico, autocontrollo, serietà e inflessibilità. Può essere pedante e pignolo. **NON SOPPORTA:** L'imperfezione, il disordine, l'incorrettezza.

- **INFANZIA:** Ha dovuto sempre "controllarsi" per essere approvato. Ha avuto genitori critici ed esigenti **PENSA:** Come posso rendere tutto 'migliore'? **CHIEDE:** Ho ragione? **IL PECCATO:** Ira **TRAPPOLA:** Giudizio, critica, ipersensibilità all'imperfezione. **LA NAZIONE:** La Russia **L'OGGETTO:** la piramide

- **Consigli per il TIPO 1**
- **Un cammino di crescita per la personalità 1 può essere riassunta nei seguenti punti:**
- **Imparate a RILASSARVI. Concedetevi tempo per voi stessi, senza pensare che siete voi a dover fare tutto e che se non fate qualcosa sarà il caos. La salvezza del mondo non dipende solo da voi.**
- **Siete dei buoni insegnanti e avete molto da insegnare, ma non vi aspettate che gli altri cambino immediatamente. Ciò che per voi è ovvio può non esserlo per gli altri. Se non cambiano subito non vuol dire che non potranno cambiare dopo. Le vostre parole e il vostro esempio possono fare molto.**
- **Non fate prediche. Voi stessi non siete esenti da difetti, smettetela di esaminare gli altri e riconoscete i vostri difetti.**
- **Entrate in contatto con i vostri sentimenti e con i vostri impulsi inconsci. Potrebbe esservi utile tenere un diario o iniziare terapie e lavori di gruppo, sia per sviluppare le vostre emozioni, sia per vedere che gli altri non vi condannano se avete bisogni e limiti umani.**
- **Il vostro punto debole è l'IRA che nasce dal sentirvi più virtuosi degli altri. Vi arrabbiate facilmente per quello che vi sembra il perverso rifiuto degli altri di fare la "cosa giusta" come voi la definite. Guardatevi dall'assumere il ruolo di GIUDICE e censore, tenendo sermoni e moraleggiando. La vostra collera potrebbe portarvi l'ulcera o l'ipertensione.**
- **Imparate ad accettare che gli altri siano quello che sono e che decidano per conto loro. Non dite sempre agli altri quello che è "giusto" che facciano. Sappiate discernere saggiamente quando dire e come dire, in base a cosa l'altro può accettare.**
- **Ascoltate gli altri: anch'essi hanno spesso ragione. Ascoltando imparerete di più e diverrete migliori insegnanti.**
- **Smettetela di fare i perfezionisti: non c'è un modo preciso per lavare i piatti, per stirare una camicia o per fare altre cose. Evitate di essere pignoli.**
- **Non siate ossessivi nei vostri pensieri e forzati nelle vostre azioni. Non abbiate un "eccessivo" amore per l'ordine (spesso ciò dimostra la paura di perdere il controllo in qualche campo della vita) cercate di capire cosa vi turba e non sprecate le vostre energie in piccoli fastidi.**
- **Non avete bisogno di essere perfetti per essere buoni. Siate UMANI, non perfetti inumani.**

TIPO 2 - L'altruista

- TIPO 2 - L'altruista
Cerca affetto e approvazione. Vuole essere amato e apprezzato diventando indispensabile per gli altri. Ha spirito di sacrificio ed è dedito agli altri, ma nello stesso tempo tende a manipolarli. E' espansivo e tende a dare buoni consigli. Se non si sente gratificato, può diventare piagnucoloso e sentirsi vittima. **NON SOPPORTA:** chi non ha "bisogno", chi è indipendente.
- **INFANZIA:** Aveva la sensazione di doversi rendere utile per essere notato e amato. Ha 'dovuto' occuparsi degli altri familiari. **PENSA:** C'è "bisogno di me", sono troppo "utile". Non ho tempo per me. Devo 'aiutare' gli altri. **CHIEDE:** Sono abbastanza buono? Sono indispensabile? Chi ha bisogno di me? **IL PECCATO:** l'Orgoglio **LA TRAPPOLA:** La compiacenza e l'adulazione **LA NAZIONE:** L'Italia **L'OGGETTO:** il cuore nelle mani

Consigli per il TIPO 2

Un cammino di crescita per la personalità 2 può essere riassunta nei seguenti punti:

- 1. Chiedetevi ciò di cui gli altri hanno VERAMENTE bisogno e quindi aiutateli a perseguirlo. (Non date solo ciò che pensate farà loro piacere, ma ciò che realmente necessitano).**
- 2. Siate generosi senza preoccuparvi del contraccambio.**
- 3. Cercate di acquisire CONSAPEVOLEZZA dei vostri secondi fini: la vostra tendenza a controllare gli altri, le vostre aggressioni, la vostra lingua tagliente...**
- 4. Resistete alla tentazione di attirare l'attenzione sulle vostre opere buone.**
- 5. Non cercate di guadagnare l'amore degli altri facendo regali o lodi immeritate. Aiutate gli altri quando ve lo chiedono aiutandoli a cavarsela da soli.**
- 6. Non cercate sempre "nuovi" amici.**
- 7. Quando fate qualcosa per gli altri fatelo "dietro le quinte" senza che essi se ne accorgano.**
- 8. Non siate possessivi con gli amici, condivideteli con gli altri. C'è abbastanza amore per tutti.**
- 9. Assicuratevi che i motivi che vi spingono ad aiutare gli altri siano DISINTERESSATI. Non nascondetevi dietro "buone intenzioni".**
- 10. Amate gli altri DISINTERESSATAMENTE e per quello che sono.**

TIPO 3 - L'organizzatore

- TIPO 3 - L'organizzatore
Cerca di essere amato per le sue capacità e per quello che fa (trascurando a volte quello che è). Ha una personalità vivace e reattiva, è capace ed efficiente, e desidera fortemente fare bene. Ma spesso vive in uno stato di confronto, dando molta importanza a ciò che appare. Il rischio che corre è di confondere il vero io con l'immagine tipo del gruppo a cui appartiene (dirigente in doppiopetto, supermamma che si occupa di tutto, ecc.). NON SOPPORTA: L'inefficienza e il fallimento
- INFANZIA: Si è sentito amato perché era "bravo" a scuola, nello sport, ecc. PENSA: "Devo essere bravo ed efficiente in tutto ciò che faccio" CHIEDE: Sono abbastanza bravo? È andata bene? Vi è piaciuto quello che ho fatto? IL PECCATO: La menzogna LA TRAPPOLA: La vanità, l'immagine LA NAZIONE: Gli Stati Uniti L'OGGETTO: l'agenda

- **Consigli per il TIPO 3**
Un cammino di crescita per la personalità 3 può essere riassunta nei seguenti punti:
- **Sviluppate la CARITÀ e la cooperazione nelle vostre relazioni. Non cercate di sottomettere gli altri, di escluderli, di fare gli snob. Prendete in considerazione i loro bisogni e i loro sentimenti.**
- **Siate SINCERI! Siate onesti riguardo alle vostre imprese, senza vantarvi o esagerare le cose. Non gonfiate la vostra importanza. Siate AUTENTICI.**
- **Siate degni di fiducia. Mantenete i segreti e le confidenze e resistete al desiderio di usarli a vostro vantaggio. Non siate "doppi" o falsi.**
- **Sviluppate una COSCIENZA SOCIALE. Siate coscienti della vostra tendenza a sentirvi in diritto di ottenere ciò che volete a spese altrui. Non usate gli altri, non approfittate delle situazioni. Siate disponibili a dare quanto ricevete e anche di più.**
- **Non siate "camaleonti" per essere accettati. Siate voi stessi e sviluppate i vostri valori.**
- **Sostenete gli altri e incoraggiateli. Invece di cercare l'attenzione e l'ammirazione datela voi agli altri quando la meritano. Appreziate gli altri.**
- **Utilizzate le vostre grandi energie, il senso dell'umorismo, l'organizzazione, l'animazione, il brio a beneficio dei gruppi a cui appartenete e dei singoli, assicurandovi che anch'essi stiano sviluppando le loro migliori qualità.**
- **Non esagerate nel voler essere acclamati.**
- **Limitate la vostra tendenza a voler competere.**
- **Sviluppate le vostre potenzialità spirituali. Non distraetevi a confrontarvi con chicchessia e non crucciatevi per il successo altrui. Se concentrate la vostra attenzione e le vostre capacità nello svolgere un'opera meritoria (specialmente a beneficio altrui) siete già sulla buona strada e i confronti diventano fuori luogo. Date il meglio di voi e non preoccupatevi degli altri.**

TIPO 4 - L'artista

- TIPO 4 - L'artista
Ha grande senso artistico, gusto del bello, senso del colore. È intuitivo, romantico, sognatore, stravagante. Si preoccupa dell'immagine e veste in maniera stravagante o ricercata. È malinconico e non sa vivere nel presente: si rifugia nel passato o sogna il futuro. Ama l'insolito, l'eccentrico, l'eccezionale. Si esprime attraverso l'arte: può essere un poeta, un musicista, un pittore, un ceramista, un fioraio, un designer. Non disdegna situazioni strane, scandali e cose proibite. **NON SOPPORTA:** Il brutto, lo sporco, il "normale", l'ordinarietà.
- L' INFANZIA: Ha subito perdite o è stato sradicato **PENSA:** "Devo farmi notare o nessuno si accorgerà di me" **CHIEDE:** "Cosa pensate di me? Mi notate? Vi colpisco?" **IL PECCATO:** L'invidia **LA TRAPPOLA:** Malinconia, depressione, pulsione di morte **LA NAZIONE:** La Francia **L'OGGETTO:** il caleidoscopio

- **Consigli per il TIPO 4**
- **Un cammino di crescita per la personalità 4 può essere riassunta nei seguenti punti:**
- **Non prestate troppa attenzione ai vostri sentimenti.**
- **Evitate di rimandare le cose fino a quando non siate "dell'umore giusto". Impegnatevi in un'opera produttiva e significativa che contribuisca al bene vostro e degli altri. Non state ad aspettare "l'ispirazione". Mantenete il collegamento col mondo reale: lavorate!**
- **L'autostima e la fiducia in voi stessi si svilupperanno soltanto provando esperienze positive, indipendentemente dal fatto che crediate di essere pronti o meno ad affrontarle. Mettetevi in cammino verso il bene. Dedicatevi a qualcosa di incoraggiante e positivo per voi (non aspettate di sentirvi "a posto"). Non rinviare! Iniziate dal poco, ma iniziate!**
- **Utilizzate una sana AUTODISCIPLINA e perseverate in essa: dormite regolarmente quanto basta, lavorate regolarmente. Evitate di darvi ad eccessi sessuali, alcool, sonno o fantasie.**
- **Evitate di fantasticare troppo (soprattutto se in pensieri negativi, di risentimento, o troppo romantici). Invece di immaginare, VIVETE!**
- **Parlate apertamente con qualcuno di cui vi fidate. Potrete scoprire che non siete diversi ed estranei quanto sentite di essere. Entrate in relazione con qualcuno per "trovare voi stessi".**
- **Il servizio comunitario vi renderà meno timidi e impacciati e vi farà sentire meglio. Scoprite quali sono le cose buone in voi e lasciatevi coinvolgere praticamente.**
- **Non lasciatevi sopraffare dall'autocommiserazione o dalle lamentele verso i genitori, dai pensieri della vostra infanzia infelice, dalle relazioni andate male o sul fatto che nessuno vi capisce. Se vi sforzate di comunicare vi capiranno. Non minate continuamente la vostra autostima.**
- **Non fate di tutto una questione personale, non siate permalososi o ipersensibili. Dopotutto un'osservazione critica non è tutta la verità su di voi. Parlate in modo schietto e spontaneo e non permettete agli altri di approfittare di voi.**
- **Siete amici migliori per gli altri che non per voi stessi. Siate AMICI DI VOI STESSI!. Concedetevi un'opportunità.**

TIPO 5 - Il Pensatore

- TIPO 5 - Il Pensatore
Si mantiene ad una certa distanza emotiva dagli altri. Difende la sua intimità e non si lascia coinvolgere. Parla poco, è introverso, è osservatore; può essere un ricercatore o un inventore. È un buon ascoltatore, tranquillo, amabile e gentile; ma appare anche freddo e distante. NON SOPPORTA: Doversi mettere in mostra, parlare in pubblico, la superficialità, la disattenzione e l'incoerenza.
- INFANZIA: Ha pensato di "non essere desiderato", è vissuto in ambienti ristretti PENSA: "Cogito ergo sum": penso dunque esisto CHIEDE: Come si fa? Come funziona? IL PECCATO: L'avidità LA TRAPPOLA: L'avarizia (dare poco di sè stesso) LA NAZIONE: L'Inghilterra L'OGGETTO: il telescopio

- **Consigli per il TIPO 5**
- **Un cammino di crescita per la personalità 5 può essere riassunta nei seguenti punti:**
- **Non ponete preconcetti alla realtà e osservatela. Analizzate meno e OSSERVATE di più, anziché tenere la mente occupata in teorie fantastiche o speculazioni.**
- **Sforzatevi di imparare a calmarvi, rilassarvi, distendervi: meditazione, jogging, yoga, danza sono utili per voi.**
- **Vi manca il senso della prospettiva, vedete molte possibilità e non sapete scegliere né giudicare. Ascoltate qualcuno del cui giudizio vi fidate, ne varrà la pena.**
- **Non affrettate le conclusioni. Non siate pregiudizialmente ancorati a precedenti idee, mantenete APERTA LA MENTE e concedete un'altra opportunità alle persone.**
- **Apritevi emozionalmente agli amici, siate ACCESSIBILI, ciò vi giverà enormemente.**
- **Cerate di essere cooperativo e meno solitari. Educate le altre persone, per voi sarà istruttivo.**
- **Non fate sentire gli altri a disagio, non dimenticate le convenzioni sociali che aiutano gli altri a sentirsi a loro agio con voi.**
- **Evitate di guardare dall'alto in basso coloro che ritenete meno intelligenti di voi. Se anche fossero meno intelligenti di voi non vuol dire che siano stupidi. Cercate di accettare i limiti intellettuali altrui senza essere cinici e sdegnosi.**
- **SE gli altri cominciano ad evitarvi o reagiscono in modo antagonistico con voi considerate la possibilità che sia partito da voi. Esaminatevi per vedere in che cosa avete contribuito ad alimentare i vostri conflitti interpersonali.**
- **Disponete di un'enorme capacità di comprensione. Pensate ai modi in cui potete sviluppare la COMPASSIONE per gli altri. Così emergeranno i vostri sentimenti più amabili e smusserete le spigolosità. La diffidenza diminuirà e sarete più rilassati e felici. Non usate solo la testa: usate di più il cuore, ciò vi renderà più completi.**

TIPO 6 - Il Collaboratore fidato

- TIPO 6 - Il Collaboratore fidato
È timoroso, coscienzioso, tormentato dal dubbio. A volte è diffidente e sospettoso. È portato a rimandare e ha paura di agire perché esporsi può portare ad essere attaccati. Ha spirito di gruppo, è affidabile, fedele e ligio alle regole. Si identifica con le cause dei deboli, sacrifica se stesso ed è fedele alla causa. Il tipo 'controfobico' è estremista, provocatorio, temerario, amante del rischio. NON SOPPORTA: Chi non si attiene alle leggi e alle regole, le devianze
- INFANZIA: Aveva genitori incontrollati, imprevedibili, violenti oppure sentimentalmente freddi. Può essere stato punito spesso senza un motivo giusto. PENSA: Non posso fidarmi di nessuno, neanche di me stesso Il PECCATO: La paura LA TRAPPOLA: La codardia o la temerarietà LA NAZIONE: La Germania L'OGGETTO: i cerchi olimpici

- **Consigli per il TIPO 6**
Un cammino di crescita per la personalità 6 può essere riassunta nei seguenti punti:
- **Ricordatevi che non c'è niente di straordinario nell'essere ansiosi, dato che tutti lo sono. Imparate ad utilizzare la vostra ansia e a venire a patti con essa.**
- **Cercate di non stare sulle difensive e di non essere irascibili. Non incolpate gli altri per cose che voi stessi avete fatto o determinato. Resistete alla tendenza di pensare negativo e di piagnucolare.**
- **Imparate ad identificare ciò che vi porta ad iperagire. Le cose non sono così nere come le dipingete e molte le avete attratte voi col vostro atteggiamento.**
- **Sforzatevi di fidarvi di più ed entrate in intimità, correte il rischio di essere rifiutati, ne vale la pena. Rivelate alle persone quali sono i vostri sentimenti nei loro riguardi.**
- **L'opinione che gli altri si sono fatti di voi è migliore di quanto non pensiate. Siete voi ad avere paure ingiustificate.**
- **Accettate le responsabilità con più maturità. La gente rispetta chi si assume le responsabilità specialmente se ha commesso un errore.**
- **Non potrete mai sentirvi sicuri se non sarete SICURI DI VOI STESSI. Dovrete concentrarvi sull'obiettivo di affermare voi stessi, sviluppando un'autentica fiducia nelle vostre capacità. Sviluppate buone ragioni per aver fiducia nelle vostre capacità.**
- **Non adorate l'autorità e non nascondetevi dietro l'atteggiamento di chi dice: "Stavo solo obbedendo agli ordini". Non ingraziatevi coloro che comandano, se qualcuno cerca un gregario non offritevi voi.**
- **Non lanciate comunicazioni ambigue sui vostri atteggiamenti e desideri. Siate leali con gli altri e dite ciò che vi passa per la mente. Evitate che vi prendano per persone svenevoli, indecise, sempre sulle difensive.**
- **Parlate francamente con chi detiene l'autorità (capufficio o qualcuno di cui vi serva l'aiuto e la benevolenza). Se parlate francamente però non diventate ostili e bellicosi. Cercate di mantenere un equilibrio delle vostre emozioni.**

TIPO 7 - L'ottimista

- TIPO 7 - L'ottimista
É una persona sostenuta da una condizione di vitalità, gioia ed energia permanente che la rende attraente. É estroverso, creativo e aperto alle opportunità che la vita offre. Ha molti interessi, è comunicativo e versatile, ama giocare e divertirsi. Ama la varietà e tutto ciò che aiuta a celebrare la vita: viaggi, feste, canti, pasti al ristorante. Vuole avere "più" di tutto e non vuole crescere (Peter Pan). Spesso ha problemi di peso (odia le diete) e vive di eccessi.
INFANZIA: Molti sette nell'infanzia hanno fatto esperienze traumatiche e dolorose che non vogliono ripetere
- NON SOPPORTA: Il dolore e la sofferenza PENSA: Voglio essere felice, voglio godermi la vita il più possibile CHIEDE: Sarò abbastanza simpatico? Il PECCATO: L'ingordigia, l'intemperanza LA TRAPPOLA: Idealismo, superficialità LA NAZIONE: Il Brasile L'OGGETTO: l'arcobaleno

- **Consigli per il TIPO 7**
Un cammino di crescita per la personalità 7 può essere riassunta nei seguenti punti:
- **Non siate impulsivi. Osservate i vostri impulsi e non cedete ad essi. Esercitate controllo su voi stessi così potrete concentrarvi su ciò che vi giova.**
- **Imparate ad ascoltare gli altri. Potrete apprendere cose nuove. Imparate ad apprezzare il silenzio e la solitudine (non dovete sempre distrarvi o proteggervi dall'ansia) con il continuo rumore di TV e stereo. Se imparate a confidare in voi stessi sarete più felici anche se farete meno cose.**
- **Non dovete avere tutto subito (vale per cibo, alcool, o un cono gelato). Molte opportunità vi si ripresenteranno.**
- **Preferite la QUALITÀ alla quantità, specialmente nelle vostre esperienze. Prestate attenzione a quello che fate e assimilate le vostre esperienze.**
- **Assicuratevi che ciò che desiderate vi giovi veramente a lungo termine. "Badate a ciò che desiderate, perché i vostri desideri potrebbero essere esauditi!"**
- **La felicità sopravviene dall'essersi dedicati a qualcosa a cui valeva la pena di impegnarsi. Quando le priorità sono quelle giuste. Perciò non fate della felicità il vostro principale obiettivo di vita perché ciò vi condurrà sul sentiero sbagliato, verso l'incontentabilità e l'egocentrismo.**
- **Non perdetevi il controllo di voi stessi, è facile che ciò vi accada perché vi è naturale entusiasmarvi per ogni cosa. Avete paura di subire privazioni, ma se non la superate, sarete inevitabilmente privati non solo della felicità, ma di molte altre cose.**
- **Sapete essere molto simpatici, avete senso dell'umorismo, tuttavia STATE ATTENTI A CIO CHE DITE. Non siate sgarbati, non dite di più per fare effetto o per suscitare una reazione negli altri. Potreste offendere.**
- **Trovate dei modo per DARE anziché solo avere. Considerate il motto: "È meglio dare che ricevere". Il possesso materiale non potrà mai soddisfarvi pienamente.**
- **Ricordate di trovare il tempo per ESSERE GRATI dell'esistenza.**

TIPO 8 - Il Capo

- TIPO 8 - Il Capo
É una persona forte, realista e orientata all'azione e al lavoro. Ha opinioni chiare e profonde sulle cose. Ha un forte senso della giustizia: protettivo e combattivo, prende spesso le difese di sè e dei suoi cari. È aggressivo, diretto, autoritario, dà ordini volentieri. Controlla tutto e tutti, e tende ad imporre il suo potere sugli altri. È provocatorio, litigioso, rissoso, e può incutere timore. NON SOPPORTA: La debolezza, le ingiustizie, l'ipocrisia
- INFANZIA: Ha avuto un'infanzia combattiva in cui solo il forte era rispettato; può avere subito soprusi o ingiustizie. PENSA: Devo essere 'cattivo' perché essere buoni significa debolezza IL PECCATO: La lussuria LA TRAPPOLA: La vendetta e la ritorsione, la punizione del "colpevole" LA NAZIONE: la Spagna L'OGGETTO: la quercia

• Consigli per il TIPO 8

• Un cammino di crescita per la personalità 8 può essere riassunta nei seguenti punti:

• **Agite con RIGUARDO.** Dimosterete la vostra vera forza se eviterete di scagliarvi contro gli altri. Il meglio di voi lo date quando aiutate qualcuno a superare la sua crisi. Se siete **MISERICORDIOSI** ben pochi approfitteranno di voi e vi assicurerete più lealtà e devozione.

• **Non siete gli unici ad essere al mondo.** Gli altri hanno i vostri stessi diritti e bisogni che non possono essere ignorati né violati. Se li ignorate la gente non solo vi temerà (cosa che volete) ma perderà ogni rispetto per voi e vi odierà.

• **Imparate a cedere, almeno ogni tanto.** Il desiderio di dominare sempre tutto e tutti è indice di un ego gonfiato: è un segnale di pericolo che vi porterà gravi conflitti.

• **È tipico degli 8 contare solo su di sé e non dipendere da nessuno, ma ironicamente essi dipendono da molte persone (gli altri comunque devono eseguire i vostri ordini), se allontanate tutti alla fine vi troverete solo con gente servile e infida.** Sia nel mondo degli affari sia nella vita familiare, la vostra autosufficienza è in gran parte illusione.

• **Non sopravvalutate il denaro come fonte di potere.** Coloro che si sentono attratti da voi per il vostro denaro non vi amano per voi stessi e voi non li amate né rispettate.

• **Imparate a dedicarvi ad uno scopo più alto del vostro interesse personale.** Dare il vostro amore alla famiglia e riceverne in cambio è uno scopo alto. Ma se tutto si riduce al vostro interesse personale non vi elevate spiritualmente.

• **Se Dio esiste, vi è qualcun altro al quale dovete sottomettervi e questo per voi è inaccettabile.** Se non credete in Dio, ciò si fonda su autentiche convinzioni intellettuali o non volete rinunciare al vostro io e alle cose che vi piacciono? Molto può dipendere dalla vostra risposta a questa domanda.

• **Se siete stati spietati o causa di dolore o di offesa per gli altri, se avete usato persone per il vostro piacere o profitto, cambiate la vostra vita finché siete in tempo.** Una vita così porta ad una morte solitaria.

• **Una delle vostre potenzialità è quella di creare opportunità per gli altri.** Se create la vostra forza per dare speranza e prosperità verrete ricordati come benefattori e rispettati. Quindi, se siete in una posizione di potere siate **MAGNANIMI**. Se andrete incontro ai bisogni degli altri, gli altri verranno incontro ai vostri.

• **Pensate al male che potete provocare agli altri e anche al bene che potete fare.** Per che cosa volete essere ricordati?

TIPO 9 - Il Mediatore

- TIPO 9 - Il Mediatore
Persona calma, amichevole e pratica, caratterizzata da una bontà, semplicità e amabilità naturale. Non è portato a criticare o giudicare le persone, ma piuttosto cerca di riportare la riconciliazione e la pace là dove c'è la tensione e il conflitto. È diplomatico, sincero e amorevole. È anche piuttosto influenzabile, si lascia trasportare dalla corrente ed è ambivalente. NON SOPPORTA: Il conflitto, la lotta, l'aggressività
- INFANZIA: Si è sentito trascurato. È stato ignorato oppure rifiutato quando esprimeva un'opinione. PENSA: Non valgo molto, è meglio andare d'accordo con tutti, così non ho fastidi CHIEDE: "Perché devo stare in piedi se posso sedermi? Perché devo stare seduto se posso stare sdraiato? Perché voi siete così frenetici?" IL PECCATO: L'accidia, la pigrizia LA TRAPPOLA: La resa, l'abbandono, la fuga LA NAZIONE: il Messico L'OGGETTO: la bilancia

- **Consigli per il TIPO 9**
- **Un cammino di crescita per la personalità 9 può essere riassunta nei seguenti punti:**
- **Dovreste esaminare la vostra tendenza ad andare d'accordo con tutti facendo quello che vogliono loro pur di mantenere la pace. Avrete così relazioni soddisfacenti? Non potete amare annullandovi. Dovete essere indipendenti per esserci quando gli altri hanno bisogno di voi**
- **Siate attivi! Datevi da fare. Non sognate ad occhi aperti. Siate partecipi del mondo che vi circonda. Rispondete di più mentalmente e emozionalmente.**
- **Siate consapevoli di avere anche impulsi aggressivi, ansie ed altri sentimenti che dovete affrontare.**
- **Esaminate le vostre relazioni e cercate di vedere come avete contribuito a creare i problemi. Sacrificate per un momento la vostra pace mentale per ottenere relazioni autentiche.**
- **Esercitatevi ad essere CONSAPEVOLI del vostro corpo e delle vostre emozioni. Praticate esercizio regolare, questa è una forma di AUTODISCIPLINA. Cercate di acquisire concentrazione.**
- **Non reprimete i vostri sentimenti o somatizzerete con inspiegabili mal di testa, dolori alla schiena, nausea, attacchi di panico (paura di uscire in luoghi pubblici). Cercate aiuto se insorgono questi problemi.**
- **Non usate tranquillanti (se non in casi di crisi profonda), vi impediscono la consapevolezza. Affrontare la crisi vi porterà maggiore autostima e farà capire agli altri che siete forti e che possono contare su di voi.**
- **Accettate la vita e vivetela per non giungere alla fine della vita e sentire di "non aver mai vissuto". Siate consapevoli della grandezza della vita e sentitevi VIVI.**
- **Confidate le vostre ansie al coniuge, ai vostri amici. Abbiate fiducia ed esprimetevi. Questa è una base per vivere sereni.**
- **Gli altri si sentono calmi, accettati e al sicuro con voi, ma vi ameranno ancora di più se sentiranno che li capite e che siete attenti ai loro bisogni. Ascoltate gli altri attentamente e imparate a conoscerli per quello che sono.**