

Príloha (A): Eneagram – krátke zhrnutie

Ľudstvo oddávna reflektuje tieto rôzne stratégie prežitia. Sú naznačené napríklad v 7 hlavných hriechoch a 7 čnostiach, známych v kresťanskej tradícii. Najdokonalejšie sú ale zaznačené v tzv. *Eneagrame*, ktorý rozlišuje súhrnne deväť základných pováh, teda 9 základných „stratégií prežitia“. Tu sú:

POVAHA Č. 1 – PERFEKCIONISTA

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet odsudzuje negatívne chovanie a impulzívnosť. Keď sa neovládame (hneváme, ...), alebo si neplníme svoje povinnosti, sme potrestaní a to bolí. Ak si chceme zaslúžiť lásku, musíme splniť očakávania svojho okolia a nerobiť chyby.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Chovať sa usporiadane, korektné, opravovať chyby. Mimoriadny zmysel pre kritiku, aby sa vyhli kritike zvonka. Ak som bezchybný, som hodný a zasluhujem si lásku. Musím sa preto usilovať o sebakontrolu a dokonalosť. Potláčaním spontánnosti sa v nich ale hromadí silný, vnútorný hnev.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Poriadok, právo, prísnosť, disciplína, zmysel pre poctivosť, úsilie zlepšovať sa, morálka,...

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Hnev z nedokonalosti, hlboko potláčaný a dusený.

POVAHA Č. 2 – DOBRÁK

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet ma nemá rád takého, aký som. Som pre svet bezcenný a sám v sebe nemám cenu.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Lásku iných môžem získať silou svojej vôle. Môžem slúžiť iným ľuďom, starať sa o nich, dávať im to, čo im chýba – a dúfať, že oni ma budú mať na oplátku radi. Celý svoj život tak prežívam akoby v iných. Neustále sa prispôsobuje potrebám iných a nemám vlastne žiaden vlastný, nezávislý život. Úplné zabúdanie na vlastné potreby.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Služba, vrelosť, vzťahy, city, načúvanie,...

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Pýcha a manipulatívnosť: *ja* viem najlepšie, čo *vy* potrebujete a čo je pre vás dobré! *Ja* vás môžem urobiť šťastným, ak ma poslúchnete! Som láskyplnejší ako ostatní, som nepostrádateľný, moja láska spasí svet...

POVAHA Č. 3 – „ŠPORTOVEC“ (SÚŤAŽIVEC)

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet nemá rád to, čím som, ale to, čo robím. Ľuďom nezáleží na mne, ale na mojich výkonoch a úspechoch. Ak chcem, aby ma iní mali radi, musím byť úspešný!

STRATÉGIA PREŽITIA:

Lásku si musím vybojovať výkonmi a úspechmi. Musím pôsobiť dojemom úspešného a výkonného človeka.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Viera v seba, výkon, prestíž, imidž,...

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Lož. Nie je dôležité, aký *som*, ale ako *vyzerám*. V záujme úspechu pozmeňujú pravdu a fakty o sebe, o svete, o ľuďoch...

POVAHA Č. 4 – ROMANTIK

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Som vo svete opustený. Som sám. Svet uprednostňuje iných. Nikto sa o mňa nezaujíma, všetci ma prehliadajú (často následkom bolestnej skúsenosti, alebo straty v detstve). Prítomnosť, v ktorej žijem, je preto neznesiteľná.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Snívanie, únik do nereálneho sveta. Túžba po „upozornení na seba“ sa prejavuje snahou o odlišnosť, o to, aby si ma niekto všimol, ocenil... Túžia nájsť niečo autentické a pravé, trpia pocitom, že sú zlé a musia sa zmeniť, inak zostanú navždy prehliadané a opustené.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Krása, romantizmus, city, hľadanie zmyslu života, symboly, tvorivosť, autentickosť,...

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Závisť. Okamžite vedia, čo má viac štýlu, viac estetiky, ... kto je jednoduchší, prirodzenejší, normálnejší. Z toho plynúci pocit **menejcennosti:** Vždy je tu niekto lepší, koho si všimajú viac, ako mňa!

POVAHA Č. 5 – POZOROVATEĽ

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet je tvrdý, násilnícky a nebezpečný.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Vytvorenie odstupe od sveta. Snaha dôkladne spoznať a pochopiť svet, aby som sa tak zabezpečil, že ma v ňom nič neprekvapí. Sklon k izolácii a k úniku do svojho vnútorného sveta.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Myslieť, vedieť, poznať, pochopiť, chrániť si svoj životný priestor a svoje súkromie.

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Chamtivosť. Strach z neustáleho nedostatku: vedomostí, prostriedkov, času, priestoru, ... neochota deliť sa.

POVAHA Č. 6 – LOAJALISTA

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet nie je hodný dôvery. Nie je možné sa na nič spoliehať, všetko skôr, či neskôr sklame a nikde niet istoty.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Musím byť stále bdely a rátať s najhorším. Nedokážem týmto nebezpečenstvám čeliť sám a preto sa musím spoliehať na sily a možnosti okolo seba. Ak nájdem niekoho, komu môžem dôverovať, stávam sa na ňom závislý – zároveň sa ho ale bojím, pretože je silnejší a môže byť pre mňa hrozbou! Bezpečnosť si tak môžem vykúpiť poslušnosťou a podriadenosťou vodcovi, ktorý ma ochráni (Biblia, diktátor, režim, gang, ...).

Fobická šestka: strach premáham nedôverou, plachosťou, „nevytrčaním z radu“; ale ak nájdem niekoho spoľahlivého – vodcovi, ...

Kontrafobická šestka: svoj strach premáham agresivitou, silou, adrenalínom, extrémizmom, ...

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Dôvernosť, loajálnosť, spoľahlivosť, ...

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Strach. Strach zo sveta, strach z trestu, strach zo všetkého... Musím byť pripravený na najhoršie, každý ma sklame a podvedie, nemá zmyslu proti tomu bojovať, ... strach z budúcnosti, z otvorenosti, z odlišnosti od iných, ...

POVAHA Č. 7 – PÔŽITKÁR

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet je obmedzujúci, malý, ohraničený, je miestom bolesti a utrpenia.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Rozhodnutie nevidieť zlo, bolesť a utrpenie a utiecť pred nimi do svojej predstavivosti, do dobrodružstva, radovánok,...

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Užívanie si života, pôžitok, pestrosť, videnie iba dobrých stránok vecí.

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Poživačnosť. Nemiernosť v pôžitkoch. Snaha mať čo najviac čo najpríjemnejších zážitkov. Strach z jednotvárnosti, bolesti, či smútku, pred ktorým takto unikajú.

POVAHA Č. 8 – ŠÉF (NÁSILNÍK)

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet je zlý a nebezpečný. Slabí v ňom nemajú šancu. Prežívajú iba silní.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Budem silný, získam si rešpekt a bezpečnosť svojou silou a tým, že ukryjem svoje slabosti, svoju citlivosť a svoju zraniteľnosť. Nenávidím slabosť a neschopnosť.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Sila, odhodlanosť, odvaha, spravodlivosť, uctievanie sily.

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Vystrednosť a nehaneblivosť Silný má vždy pravdu. Meranie si síl s inými. **Neznalosť miery:** uctievanie sily a množstva: viac piva, viac jedla, viac sily, viac decibelov, viac...

POVAHA Č. 9 – VYJEDNÁVAČ

KLÚČOVÉ NEGATÍVNE POSOLSTVO:

Svet si ma aj tak nevšímá. A ak aj poviem svoj názor, tak to nanajvýš spôsobí konflikt, neporiadok a naruší to tak harmóniu sveta. Môže ma to dokonca odlúčiť od iných ľudí a ublížiť mi to.

STRATÉGIA PREŽITIA:

Nechaj všetko tak. Keď nikomu nič nepoviem a budem s každým súhlasiť, nič nepokazím, nikoho nenahnevám a budú ma mať všetci radi. Aj tak sa všetko časom vyrieši. Tak načo sa naháňať, alebo o niečo usilovať? Podstatné je ísť cestou najmenšieho odporu. Svet aj tak nezmením. Hlavne, aby sa ľudia mali radi a nehádali sa.

HODNOTOVÝ SYSTÉM:

Pokoj, mier, trpezlivosť, porozumenie k druhým a od druhých;

ZÁKLADNÝ PROBLÉM:

Lenivosť. K ničomu sa neviazať, nebyť k ničomu nútený, len tak si plynúť s prúdom, nič nerobiť a tak ani nič nepokaziť a tak ani nevytvoriť žiaden konflikt. Lahostajnosť.

Eneagram – podrobnejší prehľad

1	Nevykúpené chovanie: Tvrdohlavé, farizejské, rozkladné	Normálne chovanie: Perfekcionistické, váhavé, ohľaduplné	Vykúpené chovanie: Kriticky bdelé, pokojné, eticky na výške
Stručná charakteristika: Jedničky ženie hlboká túžba po spravodlivosti, pravde a mravnom poriadku. Snažia sa byť dobrým príkladom. Je im zaťažko akceptovať vlastné aj cudzie nedokonalosti. Od malička sa snažia byť slušné, čistotné, perfekcionistické, poslušné a splňať to, čo od nich očakáva ich okolie. Neustále skúmajú či sú dosť dobrí. Okolnosťami sú často prinútení byť predčasne dospelými. Sú prehnane poriadkumilovné. Často nemajú zmysel pre humor - sú vážne.			
Dilema: Neustále hľadanie dokonalosti v nedokonalom svete. Neustále sklamanie nad nedokonalosťami, frustrácie z toho, že ľudia a svet nie sú takí, ako by mali byť. Frustrácia z vlastnej nedokonalosti.	Koreň hriechu: Zlosť. Sám si ju ale neuvedomuje ako svoj problém a je viac-menej presvedčený, že ho nič podobné netrápi. Hanbí sa za ňu a preto si svoju agresivitu pred sebou ani pred inými nepriznáva. Pritom je hnacím motorom jeho konania.	Pasce: Nedotklivosť.	Obranný mechanizmus: Kontrola reakcie - aby nedávali najavo svoju zlobu. Namiesto prirodzeného chovania neustále cenzurujú svoj prejav.
Obrat a vykúpenie: Musia sa naučiť namiesto posudzovania prijímať seba a druhých. Vidieť svoje chyby prv, než chyby iných. Musia sa naučiť, že nie je len jedna správna cesta. Brať samých seba s nadhľadom a nie príliš vážne. Rozvinúť v sebe driemajúci ideál pravdy, krásy a dobra a vedieť pravdu prijať - o sebe, aj o iných. Musí prestať chcieť „všetko, alebo nič“ a akceptovať veci v ich nedokonalosti.		Životné poslanie: Naučiť sa nielen „vážne“ pracovať na zdokonalení sveta, ale naučiť sa aj hrať, uvoľniť, odbúrať hnev a precitlivosť. Naučiť sa vnímať svet okolo v jeho neustálom, postupnom raste.	
Zviera: Teriér, mravec, včela	Zem: Rusko	Farba: Strieborná	Osobnosti: sv. Pavol, Martin Luther, Michail Gorbačov, Útecha: 4; Stres: 7;
2	Nevykúpené chovanie: Manipulatívne, ovládajúce, pripútavajúce	Normálne chovanie: Činorodé, materské, dávajúce	Vykúpené chovanie: Starostlivé, priateľské, originálne
Stručná charakteristika: Nasadzuje svoje vlohy pre potreby druhých. Veľkoryso sa delia, pomáhajú tým, ktorí majú problémy. Dávajú iným pocit, že sú niekym akceptovaní. Súcit a láska k blíznym. Majú ale sklony k márnivosti, prehnaná potreba sebatvrdzovania. Dvojka musí mať pocit, že je potrebná. Je presvedčená, že je dobrá vtedy, keď je nežná, plná pochopenia, pripravená pomáhať a svoje potreby necháva stranou. Byť dobrá = byť milá a nápomocná. Svoju pomoc ale nerobí nezištné - očakáva vďaku! Ak jej láska nie je ocenená, cíti sa podvedená a zneužitá. Svoju identitu dvojky stavajú na tom, ako sú im iní naklonení - od ich sympatií a antipatií závisí nálada dvojky. Potrebujú byť potrebovaní a v tom sú ľahko manipulovateľní. Majú veľký okruh známych a rýchlo ich považujú za priateľov. Tieto vzťahy si žiarlivo strážia. Sklony k ponúkaniu „dobrých rád“ a „rýchlych a osvedčených“ riešení. Vytvárajú si okolo seba kruh prívržencov. Viacej im vyhovuje úlohy „šedej eminencie“: veľká moc a malá zodpovednosť. V detstve často alebo šedivé a smutné, alebo „podmienené“ dobrým chovaním.			
Dilema: Pokušenie pomáhať iným a tak dsa vyhybať sama sebe. Jej identita závisí na potrebách iných ľudí - je teda mimo nej a jej citový život je často chaotický.	Koreň hriechu: Pýcha. Presvedčenie „Som láskyplnejšia ako iní, moja láska spasí svet...“ Snaha byť nepostrádateľná a tak manipulovať okolie. V prípade odmietnutia sa dvojka zmení na fúriu, schopnú strašne urážať ľudí, ktorých nadovšetko miluje.	Pasce: Úslužnosť a podliezanie. Zapiera sama seba, aby sa zaľúbila iným.	Obranný mechanizmus: Potláčanie. Potláčajú negatívne impulzy, hlavne v oblasti agresivity a sexualit. Svoje pocity nechcú ani zakrývať, ani ukázať - radi sa vyjadrujú „medzi riadkami“ - povedať, ale bez zodpovednosti.
Obrat a vykúpenie: Volanie ku slobode. Ukončiť druh manipulácie, falošnej lásky, závislosti a manipulácie. Slobodu dosiahne vtedy, ak dosiahne skúsenosť <i>bezpodmienečnej</i> lásky. Znamením toho je pravá vďačnosť. Neočakáva vďačnosť a raduje sa z každej malej pozornosti. Raduje sa, ak ľudia, ktorých si predtým svojou starostlivosťou pripútavala, idú svojou vlastnou cestou.		Životné poslanie: Dosiahnutie určitej miery vecnosti. Oslobodenie sa od klábosenia, lichotenia, falošnej dôvery, prehnanej sentimentality a túžby po potvrdzovaní. Cvičenie sa v nevťeravej službe, zažiť a prežiť skúsenosť straty.	
Zviera: Mačka, šteňa, osol	Zem: Itália	Farba: Červená	Osobnosti: Mária Mgdaléna, Marta, Ján - Evanjelista; Matka Theresa, Útecha: 4; Stres: 8;
3	Nevykúpené chovanie: Bezzasadové, podvodnícke, karieristické	Normálne chovanie: Pragmatické, sebavedomé, karieristické	Vykúpené chovanie: Kompetentné, úprimné, spoľahlivé
Stručná charakteristika: vyžarujú dôveru, istotu vzbudzujúcu ľahkosť. Je pre nich ľahké zvládať úlohy, vytyčovať si ciele, dosahovať úspechy. Nadchnúť druhých, motivovať ich, aby to dosiahnuť vyššie. Energiu čerpá zo životných úspechov. Motto: „Som dobrý, keď získavam, víťazím...“ Život je konkurenčným bojom, získať - alebo stratiť. Často pôsobia atraktívne aj vonkajškom. Ďaleko to dotiahnu ako zástupcovia firiem, manažéri v médiách a reklame. Preberajú dobové spoločenské definície (mužskosť - ženskosť). V rôznych prostrediach majú rôzne role. Pracujú tvrdo, ale snažia sa aby to tak nepôsobilo. Pre chválu spravia všetko - motivácia. Odkladajú svoje city, pretože prekážajú úspechu.			

Dilema: krédo: Chudobní nie sú hodní záujmu, za svoju situáciu si môžu sami. Ježiš sa predáva ako recept na úspech Kríž - iba ak neónový.		Koreň hriechu: Lož a podvod. Aby získali, <i>upravujú</i> pravdu podľa svojich potrieb. Zdôrazňujú prednosti, zakrývajú nedostatky - aj pred sebou!		Pase: Ješitnosť. Obal a pôsobenie navonok sú dôležitejšie ako podstata veci. Nežije sama v sebe, ale akoby sa videla jednat'. Nebezpečie imúnnosti voči kritike.		Obranný mechanizmus: Identifikácia so svojim povoláním - stotožní sa so svojim projektom a nepripustí kritiku.	
Obrat a vykúpenie: Výzvou je povolanie k nádeji. Len nádej, presahujúca úspechy, môže jej pomôcť dosiahnuť hĺbky a zmieriť sa s momentálnym strokotaním.				Životné poslanie: Pracovať na tom, aby išli do hĺbky. Musí sa učiť byť sama, v klude a ústraní, bez obdivu a ohlasu. Učiť sa modlitbe v ústraní, meditácii... Vedieť sa zastaviť a prestať s neustálou honbou za úspechom. Stimulovať svedomie a nedovoliť si ani „bezvýznamné“ odchýlky od pravdy. Strážiť si a ovládať prebujenú fantáziu.			
Zviera: Chameleón		Zem: U.S.A.		Farba: Svietivo žltá		Osobnosti: Biblické postavy Jáкова, Judáša, Piláta. Typický americký politik, Dorothy Day, Richard Nixon, Ronald Reagan, Ján Pavol II. Útecha: 6; Stres: 9;	
4		Nevykúpené chovanie: Chúlostivé, dekadentné, milujúce smrť		Normálne chovanie: Estetické, romantické, štýlové		Vykúpené chovanie: Tvorivé, prirodzené, disciplinované	
Stručná charakteristika: Dar prebúdzat' okolo seba krásu a harmóniu. Citlivé, takmer vždy umelecky nadané. Pocity vyjadrujú umením, priťahuje ich všetko, čo má v sebe životnú energiu, ktorú čerpajú od iných.. Vycítia náladu iných, atmosféru miesta a udalostí. Sú zamerané ekumenicky, odmietajú delenie sveta na „svätý“ a „profánny“. Sú viac doma v ríši nevedomého, symbolov a obrazov než v realite. Ich otázka znie: „Čo si o mne myslíte? Som nápadný? Všimli ste si ma?“ Chce byť niečím zvláštna, <i>odlišná</i> - exotická, extravagantná, ezoterická... Jej život je v prvom rade určený túžbou - po jej naplnení stráca o vec záujem, nie je pre ňu dôležitá <i>vlastniť</i> , ale <i>túžiť</i> . Štvorka sa považuje za „zlú“ a usiluje sa neustále sa meniť - štvorky často držia rôzne redukčné diéty a pod. Často uznávajú osud a jeho vládu nad sebou. Uctievať veľké autority - ale len tie, ktoré v sebe majú niečo „hlbokého“, alebo sú v niečom „zvláštni“ - formálne autority odmietajú, majú cit pre vnútornú „rýdzosť“. Sklon k idealizácii. Záluba v smútení a pochmúrnej krásy. Obradnosť a rituálnosť - milujú ich viac, ako realitu.							
Dilema: Pokušenie krčovite sa usilovať o pravosť. Čím viac túži po stratenej jednoduchosti a prirodzenosti, tým je viac vyumelkovaná.		Koreň hriechu: Závisť. Okamžite vedía, čo má viac štýlu, viac estetiky,... kto je jednoduchší, prirodzenejší, normálnejší. Z toho plynúci pocit menejcennosti.		Pase: Melanchólia a záдумčivosť. Musia byť z času na čas deprimované, trpieť a toto utrpenie si štýlovo „vychutnať“.		Obranný mechanizmus: Umelecká sublimácia. Pocity nevyjadruje priamo, ale v symboloch, rituáloch, dramatickej forme.	
Obrat a vykúpenie: Povolanie k pôvodnosti. Svoju prirodzenosť nájdu na ceste spojenia s Bohom, ktorý naplnia ich túžbu po pravosti a pod. Ich láska k deťom, k prírode je poukázaním na tento životný štýl.				Životné poslanie: Vyvinúť si zdravý realizmus. Žiť v prítomnosti, nie v spomienkach, alebo túžbach. Žiť aj mimo eufórie a depresie.			
Zviera: Holubica, jazvečík, čistokrvný kôň		Zem: Hollywood, Francúzsko		Farba: Fialová		Osobnosti: James Dean, Marylin Monroe, Wiliam Shakespeare, Goethe, Thomas Merton, Útecha: 1; Stres: 2;	
5		Nevykúpené chovanie: Izolujúce, nihilistické, výst redné		Normálne chovanie: Analytické, dištancujúce, abstraktné		Vykúpené chovanie: Vynaliezavé, múdre, rázne	
Stručná charakteristika: Je otvorená, vnímavá pre nové skutočnosti. Chcú sa o veciach dozvedieť všetky podrobnosti. Môžu byť dôvtipní, prekvapujúci, neortodoxní a originálni. Veľa ich prechádza životom a hromadia čo ide, aby zaplnili svoje vnútorné vákuum. Zbierajú myšlienky, vedomosti, priestor a pokoj, ale niekedy aj rôzne veci. Je veľmi citlivá na svoje súkromie. Potrebujú svoju vnútornú sféru, sú introvertné: často pustovníci, knihomoli, knihovníci... Páči sa im všetko, kde môžu mať úlohu pozorovateľa. Je pre nich dôležitá zachovávať klud, mať pod kontrolou emócie a nevyjavovať ich. Mnohé nenávidia už len samé slovo „zdieľať“. Neradi dávajú. Viac počúvajú, než vravia. Pôsobia preto pyšne a chladne, hoci väčšinou majú bohatý citový život. Môžu mať vrelé vzťahy k vzdialeným osobám, ale v ich prítomnosti sa správajú zdržanlivo. Priateľstvo s päťkou môže byť obohacujúce, ak od nej človek nečaká tri veci: iniciatívu, trvalú fyzickú blízkosť a totálnu oddanosť. Snaha o nenápadnosť. Nespokojnosť s dosiahnutými vedomosťami a poznaním - nekonečné „študovanie“. Radi cestujú a poznávajú nové veci.							
Dilema: Poznanie. Pre päťku znamená moc. Myslí si, že si svoj život poisť, len ak bude všetko do podrobností vedieť. Potrebujú vždy „ešte jeden“ kurz, knihu, seminár, školu... Zakladanie si na „inetelektuálnej prevahe“. Intelektuálny snobizmus.		Koreň hriechu: Chamtivosť. Nie sú darcovia, ale tí, čo zhromažďujú majetok duchovný, ale často aj materiálny.		Pase: Lakomstvo. Sú skúpe - predovšetkým sami k sebe. Sú skromné, nenáročné, so sklonom k askéze. Strach z vnútornej prázdnoty a bezcennosti.		Obranný mechanizmus: Ústup: majú strach pred citovými putami a definitívnymi rozhodnutiami, ktoré prinášajú záväzky. Segmentovanie: delenie života na dielčie oblasti s dielčimi priateľstvami, vzťahmi...	
Obrat a vykúpenie: Múdrost': hlboké poznanie súvislostí sveta a života. Dôvera v Božie riadenie.				Životné poslanie: Naučiť sa jednat' a zasadzovať sa za iných. Zdrojom sily sú pre ňu modlitba a meditácia.			

Zviera: Sova, líška a škrečok	Zem: Veľká Británia	Farba: Modrá	Osobnosti: Tomáš Akvinský, Spinoza, Plotin, Greta Garbo. Mária - Ježišová matka, Tomáš - apoštol. Útecha: 8; Stres: 7;
6	Nevykúpené chovanie: Závislé, agresívne, zbabelé	Normálne chovanie: Zodpovedné, opatrné, (anti-)autoritatívne	Vykúpené chovanie: Verné, odvážne, dôverivé
Stručná charakteristika: Kooperatívny, schopný tímovej spolupráce, spoľahlivý. Vo vzťahoch sa dá plne spoliehať na jeho vernosť. Šestky ľahko o sebe prepadajú pochybnosti. Neustále vetria nebezpečenstvo - tento strach môže prerásť až do psychopatického stíhomamu. Svet je pre nich nebezpečný a keďže sú presvedčení, že nemajú dosť síl mu vzdorovať, hľadajú ju mimo seba. Sú závislé na iných, ak sa presvedčia, že im môžu dôverovať. Vyzývajú authority a sami majú pred nimi strach. Boja sa agresivity a sami sú často agresívne. Hľadajú istotu a majú pocit neistoty. Vedia byť plní láskavosti, ale aj nízkosti a nenávisť; veria na tradičné hodnoty, ale dokážu ich obratom aj zničiť. Hľadajú niekoho, kto by pre nich bol zárukou istoty, potrebujú mať svojho „vodu“: či už je to organizácia (Cirkev, strana, štát), alebo osoba (diktátor), alebo kniha (Mein Kampf, Kapitál, trestné právo, Korán, Biblia) - niečo, čo jasne a jednoducho ukazuje cestu neomylnými odpoveďami. Chcú mať svet čierno-biely a nemajú radi šedé tieň. Majú strach z vlastného zlyhania a na rozdiel od Trojok sú notorickí prehrávači; možno aj preto, že úspech prináša aj konkurenciu a súperenie a preto sa úspechu boja a podvedome sa mu „vyhnú“ - zážitok prehry potom často vedie až k masochizmu. Usilujú sa vyhnúť <i>chybám</i> (a následne trestu) - kľčovito sa držia predpisov a noriem. Typická európska povaha. Fóbické šestky sú plaché, váhavé a nedôverčivé. Ak ale niekto získa ich dôveru, dajú sa mu slepo krok za krokom viesť. Kontrafóbické šestky často nájdem v extrémistických fašistických a rasistických organizáciách, milujú adrenalinové športy - je to pre nich útek pred vlastnými úzkosťami. Strach, ktorý majú, premáhajú tvrdosťou a silou, agresivitou, ku ktorej nepotrebnú žiaden vonkajší dôvod. Znesú málo kritiky a zarputilo presadzujú svoje. V detstve sa často museli utiekať pod ochranu niekoho iného, alebo naučiť <i>vetriť</i> aj to najmenšie blížiac sa nebezpečenstvo; často je tam skúsenosť neopodstatneného trestania.			
Dilema: Snaha nadobudnúť istotu. Preto milujú uzavreté, ortodoxné systémy s jasnými pravidlami. Sklony k fundamentalizmu. Potreba <i>neomylnej</i> pravdy.	Koreň hriechu: Strach. Často maskovaný pod pojmami „poslušnosť“, „lojalita“...	Pasce: Fóbická - zbabelosť. Kontrafóbická - odvaha. Obe preceňujú autoritu a súčasne jej nedôverujú a boja sa jej.	Obranný mechanizmus: Projekcia. Často bujná fantázia, produkujúca apokalyptické scenáre plné hrôzy, počítajúce s najhorším. Ich nedôvera premieta do iných ľudí pri najmenšom náznaku negatívne vlastnosti: nepriateľstvo, nenávisť... Snaha nájsť si obetného baránka.
Obrat a vykúpenie: Viera. Boh nám dôveruje a to je dôvod zdravej sebadôvery. Ovocím zrelosti šestky je odvaha, rozvinutá intuícia, cit pre možné a nemožné. Zodpovednosť.	Životné poslanie: Oslobodenie od vedenia vonkajšími autoritami. Prebrať zodpovednosť za svoj život. Priznať svoj strach a nazvať veci pravým menom. Vlastné rozhodovanie.		
Zviera: Fob.: Zajac, myš, srna; Kontrf.: nem. ovčiak,	Zem: Nemecko	Farba: běžovo hnedá	Osobnosti: Adolf Eichmann, Mons. Oscar Romero; z Biblie Timotej (fob.), Peter (kontrf.), Útecha: 9; Stres: 3;
7	Nevykúpené chovanie: Nemierné, diletantské, tvrdohlavé	Normálne chovanie: Nadmieru aktívne, požívачné, povrchné	Vykúpené chovanie: Veselé, mnohostranné, striedme
Stručná charakteristika: Vyžarujú maximálny optimizmus a radosť. Vnímaví na vzácnosť každého okamihu. Dokážu žasnúť ako deti a pociťovať život ako dar. Budia dojem, že je tu hojnosť všetkého krásneho a dobrého a nič nie je nadbytočné. Ideály a plány do budúcnosti, schopnosť nadchnúť iných. Veselí priatelia s nákazlivým humorom. Dokážu sa smiať aj na seba. Radi sa okolo nich združujú deti. Táto ich radosť je ich ochranou proti útokom, úzkostiam a bolesti. Bolesti sa zo všetkých síl vyhýbajú. Ich stratégia spočíva v potlačení zlého a videní len dobrého; a v plánovaní života tak, aby obsahoval len to pekné - hoci toto plánovanie, stimulované strachom z bolesti, môže niekedy dôjsť až tak ďaleko, že ich o všetku radosť oberie. Často to dotiahnu až do blahobytu, ktorý je ich obranou proti bolesti. Vyžarujú až naivný optimizmus. Sú zvedavé a dychtí stále po novom, potrebujú zmenu, stimuláciu. Nepríjemné veci naopak radi odkladajú a ak už niet vyhnutia, snažia sa ich aspoň zabaliť do niečoho pekného. Sú skôr <i>generalisti</i> než <i>specialisti</i> a podvedome sa bránia úlohám, pri ktorých treba ísť príliš do hĺbky. Práve v hĺbke na nich totiž číha bolesť. Ako všestranní diletanty tak často budia dojem všestranného nadania. Nevadí im robiť viac prác naraz a vyhovujú im najviac slobodné zamestnania. Milujú fantáziu ako formu úniku.			
Dilema: Idealizmus: Musí mať istotu, že to, čo robí, prinesie jej a iným radosť. Túži po šťastí pre všetkých a preto zo svojho života vyláča všetko, čo by mohlo byť zdrojom bolesti a zatvorí pred tým oči.	Koreň hriechu: Nestriednosť: Heslo sedmičky je „čím viac, tým lepšie!“ Vedia viac jesť, viac piť, ale aj viac pracovať, začínať viac projektov, nákladnejšie bývať, dosiahnuť viac uznania a pod. Požívачnosť a vychutnávajú, ale vedľa aj drieť a makat' - viac...!	Pasce: Plánovanie.	Obranný mechanizmus: Racionalizácia: rozumné zdôvodnenie, prečo jej <i>zlý</i> postoj, alebo situácia, do ktorej sa dostala, vlastne nie je zlá: „smrť“ sa mení na „vykúpenie“; „rozhod“ na „nájdienie slobody“ a pod.
Obrat a vykúpenie: Spolupôsobenie s Bohom. Prestať sa považovať za zdroj šťastia, postaviť sa k realite sveta i s jeho tienistou stránkou a ísť s Bohom cestou smrti ku vzkrieseniu. Uvedomiť si, že Boh a aj ľudia neprijímajú len ich žiarivú stránku, ale aj ich chyby a nedostatky.	Životné poslanie: Objaviť pasce a úklady svojej vlastnej „všetkozodôvodňujúcej“ racionalizácie. Objaviť strach z bolesti, ktorý je príčinou ich unikajúcej veselosti.		
Zviera: Opica a motýľ	Zem: Írsko	Farba: zelená	Osobnosti: sv. František z Assisi, Mozart; kráľ Šalamún, bohatý mládenec z Evanjelia;

			Útecha: 5; Stres: 1;
8	Nevykúpené chovanie: Tyranské, mocichtivé, násilnícke	Normálne chovanie: Kontrolujúce, konkurujúce, priame	Vykúpené chovanie: Veľkorysé, vodcovské, ochraňujúce
Stručná charakteristika: Pôsobia silne a mocne. Sú schopné preniesť aj na iných pocit sily. Cit pre pravdu a spravodlivosť., inštinktívne vycítia nespravodlivosť a nepoctivosť. Reagujú otvorene a priamo, môžu byť oporou pre iných, vyvinúť si značný cit pre zodpovednosť a starostlivosť. Keď sa pre niečo zapália, idú za tým s nesmiernou energiou. Na ich slovo sa dá vždy spoľahnúť. Prototyp tzv. „zlého chlapca“: Majú dojem, že svet trestá mäkkosť, že silní ovládajú svet a preto vsadili na tvrdosť. Dôvera iba v seba a svoju silu. Často žijú v prostredí, kde nie je možné ukázať slabosť (deti z ulice, gangy...). Ich rodičia často u nich oceňujú silu („Nedaj sa!“ a pod.), inokedy je to reakcia na slabých a liberálnych rodičov - boj o vodcovstvo. Nikdy sa neomlúvia a nič neberú späť - priznanie chyby je totiž slabosť! Neprosia o odpustenie, trest prijímajú so vzdorom a zdvihnutou hlavou, ako by hovorili: „Ja vám ešte ukážem! Na kolena pred vami nepadnem!“ K sebe dokážu byť ale často veľmi tvrdé a sami sa tvrdo trestať. Život je pre nich hrozivý a nepriateľský. Vyhľadávajú konflikty a tieto sú pre nich spôsobom nadväzovania kontaktu s inými - nechápu, že iných to nemusí byvať! Majú pôžitok byť <i>proti!</i> Ich prvá reakcia na ľudí a myšlienky je preto často negácia. Ich postoj je „Som silnejší“ - radi demonštrujú moc silnými slovami, postojmi. Hoci sa osmička bojí „dieťať“ v sebe, ktoré potláča aj s jeho nežnosťou; je príťahovaná „dieťaťom“ v iných - preto osmičky radi chránia slabších a zraniteľných. Majú veľký rešpekt k rovnocennému nepriateľovi. Zo všetkých síl sa vyhýbajú bezmocnosti. Na iných vedia mať priame morálne normy bez toho, aby ich sami dodržiavali. Nemajú ochotu k meditácii a iným cestám do hĺbky, pretože sa boja „mäkkého jadra“ v sebe samých. Často sú zamieňané s kontrafobickými šestkami. Ale zatiaľ čo u šestky je agresivita plodom strachu, u osmičky plodom odporu voči pretváрке a bezpráviu.			
Dilema: Boj o spravodlivosť. Je prednosťou, ale aj pokúšením k pomste a samospravodlivosti. Túžba po vyrovnaní.	Koreň hriechu: Nehaneblivosť. Nehanebné privlastňovanie a využívanie druhého pre vlastnú radosť. Vyžívanie sa v alkohole, sexe a pod. bez pocitu viny.	Pasce: Pomsta a odplata - spôsob, ako dostať misku váh spravodlivosti späť do rovnováhy.	Obranný mechanizmus: Popretie. Ochota poprieť všetko, čo nezapadá do jej konceptu pravdy - predovšetkým popretie svojich slabostí a hraníc svojej moci.
Obrat a vykúpenie: Zľutovanie. Stretnutie s pravdou im umožní odložiť neľútostnosť voči sebe aj iným a prijať aj svoju slabosť. Naučiť sa znášať seba aj iných.		Životné poslanie: Vysporiadať sa s otázkou moci. Neponižovať svojou mocou iných. Tolerancia. Neuspávať svoje city alkoholom a veľkolepými oslavami.	
Zviera: Nosorožec, štrkáč, tiger a býk	Zem: Španielsko	Farba: Čierna a biela	Osobnosti: Martin Luther King, Fidel Castro, Che Guevara, Vladimír Mečiar (?); Samson, Saul, Dávid. Útecha: 2; Stres: 5;
9	Nevykúpené chovanie: Osudové, bezradné, tvrdošijné	Normálne chovanie: Prispôsobivé, nenáročné, nerozhodné	Vykúpené chovanie: Prijímajúce, mierumilovné, cieľavedomé
Stručná charakteristika: Mierotvorci. Prijímajú iných bez predsudkov. Zmysel pre čestnosť, ktorý z nich za určitých okolností môže urobiť bojovníkov za pravdu a spravodlivosť. Vyjadruje zrejme pôvodnú, neskazenú ľudskú bytosť - pôvodné národy Afriky sú väčšinou deviatky. Navonok pôsobia lenivo - ale je to skôr nepochopenie. Nerozumejú často svojmu vlastnému vnútru. Musia najprv objaviť, čo vlastne chcú a čím sú. Sú generalisti - zo všetkého vedia niečo, ale v ničom nie sú majstri. Sú akosi „všade a nikde“. Radi plávajú v prúde a niekedy neodhalia svoje talenty len preto, že im na to chýba odvaha. Podobajú sa dvojkám v tom, že lepšie rozumejú potrebám iných, než svojim. Často boli v rodine prehliadané a rezignovali na to ako na seba upozorniť, inokedy zase od malička rozmaznávané. Málokedy v niečom vyvíjajú veľkú energiu. Vedia, že svet nezmenia a preto idú cestou najmenšieho odporu. Nepríjemné veci odsúvajú tak dlho, ako sa to len dá. Nemajú túžbu niečo dosahovať a o niečo sa usilovať. Vyhýbajú sa konfliktom. Nevykúpené sa vyhýbajú všetkému: životu, svetu, dobru, zlu... Keď sa ale k niečomu odhodlajú, stane sa to pre nich prekvapivou jasnosťou: vedia čo konať a aj to vykonajú. Schopnosť chápať iných.			
Dilema: Znižovanie sa. Falošná skromnosť a strach ukázať sa. Neupozorňujú na seba.	Koreň hriechu: Lenivosť. Pohodlnosť a slabá vôľa k činnosti. Urobia všetko, aby sa k ničomu nezaviazali a aby neboli nikým nútení a ničím nič nepokazili.	Pasce: Lenivosť a pohodlnosť. „To predsa nestojí za námahu!“ Nebrať veci príliš vážne.	Obranný mechanizmus: Umŕtvenie. Necítia sa dost' silné na požiadavky života a preto sa častejšie než iní utiekajú k stimulácii „cigaretkou“, „pohárikom“ a pod.
Obrat a vykúpenie: Bezpodmienečná láska. Zažiť, že sú dôležité, žiadané, majú čo dať.		Životné poslanie: Prekonanie cynizmu a skepticizmu voči sebe a svetu. Naučiť sa vystupovať srdnato.	
Zviera: Slon, leňochod, delfín.	Zem: Mexiko;	Farba: zlatá	Osobnosti: Carl Gustav Young, pápež Ján XXIII; prorok Jonáš. Útecha: 3; Stres: 6;

	Som dobrý, keď som:	Obranný mechanizmus	Pasca	Koreň hriechu
1	úprimný, usilovný, poriadny	kontrola konania	citlivosť	zlosť
2	milý, nesebecký, ochotný pomôcť	potlačenie	lichotenie, (láskavosť)	pýcha
3	úspešný, kompetentný, efektívny	stotožnenie	ješitnosť, (povrchnosť)	lož (podvod)
4	originálny, citlivý, kultivovaný	umelecké povznesenie	trudnomyselnosť, (melanchólia)	závisť
5	múdry, chytrý, vnímavý	ústup (rozdelenie)	lakomstvo	lakomstvo
6	verný, poslušný, loajálny	projekcia	zbabelosť, (smelosť)	strach (úzkosť)
7	optimistický, veselý, roztomilý	úspornosť	plánovanie	nestriednosť (obžerstvo)
8	spravodlivý, silný, mám prevahu	zapretie	odplata	nehanebnosť (nemravnosť)
9	mierny, harmonický a vyrovnaný	otupenie	lenivosť, (pohodlnosť)	lenivosť

	Sebaobraz	Vyhýbanie sa	Pokúšením je:	Výzva
1	Mám pravdu	mrzutostiam	dokonalosť	Postupný rast
2	Pomáham	núdzi	pomáhanie	Sloboda (milosť)
3	Mám úspech	zlyhaniu	zdatnosť (výkon)	Nádej (vôľa Božia)
4	Som iný	všednosti	pravosť (autenticita)	Pôvodnosť (zjednotenie s Bohom)
5	Vidím do všetkého	prázdnote	poznanie	Múdrosť (riadenie Božie)
6	Konám si svoju povinnosť	chybnému chovaniu	istota	Viera (dôvera)
7	Som šťastný	bolesti	idealizmus	Realizmus (spolupôsob. s Bohom)
8	Som silný	slabosti	spravodlivosť	Zľutovanie (pravda)
9	Som spokojný	konfliktu	sebaponíženie	Láska

	Ovocie Ducha	Štýl hovorenia	Sociálny podtyp	Sebazáchovný podtyp
1	jasný kľud (trepezlivosť)	poučný, moralizujúci	Neprispôsobivosť	úzkostlivosť
2	pokora	lichotivý, radiaci	Ctižiadosť	výhody
3	opravdivosť (poctivosť)	získavajúci, úchvatný	Prestíž	istota
4	vyrovnanosť (rovnováha)	lyrický, nariekavý	Hanba	obrana
5	objektívita	vysvetľujúci, systematický	Totemy	útočisko
6	odvaha	varujúci, ohraničujúci	Povinnosť	vrelosť
7	triezvosť (striedma radosť)	kecavý, rozprávanie príbehov	Obetavosť	obhajoba
8	nevinosť	vyzývajúci, demaskujúci	Priateľstvo	spokojné prežívanie
9	skutok	monotónny, uhýbajúci	Zdieľanie	chuť