



TALLER D'INTRODUCCIÓ A L'ENNEAGRAMA

Un punt de partida cap a un camí d'autoconeixement

Potser alguna vegada t'has dit:

"Per què sempre em passa el mateix?"

O potser t'has promès que aquesta vegada reaccionaries diferent... i, malgrat tot, has tornat a respondre igual, a callar quan volies parlar, a fugir quan necessitaves quedar-te o a intentar controlar una situació que se t'escapava de les mans.

No perquè no vulguis canviar.

Sinó perquè tots nosaltres vam aprendre de ben petits una manera molt particular de mirar el món, d'interpretar el que ens passa i de protegir-nos del dolor.

I així, sense adonar-nos-en, repetim patrons. Construïm una personalitat que, en algun moment de la nostra vida, ens va ajudar a adaptar-nos. Aquella manera de ser va ser útil. Va tenir sentit. Però, amb els anys, allò que un dia ens va protegir també pot acabar limitant-nos.

I és aquí on l'Enneagrama esdevé una eina extraordinària.

No perquè ens expliqui qui som.

Sinó perquè ens ajuda a descobrir qui hem après a ser.

Des de la Gestalt, aquest descobriment no té res a veure amb posar-nos una etiqueta ni amb encaixar dins d'un número. Té a veure amb portar llum allà on fins ara només hi havia automatismes. A observar-nos sense judici. A comprendre els nostres mecanismes perquè, a poc a poc, deixin de dirigir la nostra vida.

Perquè l'Enneagrama no és una excusa per justificar-nos, sinó una invitació a responsabilitzar-nos. No es tracta de pensar «soc així perquè soc un enneatip 6» o «això em passa perquè soc un enneatip 2». Es tracta de poder dir: «Ara entenc

aquest patró. Ara el puc observar. I, des d'aquesta consciència, puc començar a escollir una resposta diferent.»

Quan prenem consciència dels nostres automatismes, deixem de viure en pilot automàtic. Recuperem la llibertat de decidir. I és aquí on, des de la mirada gestàtica, apareix el veritable canvi: no quan intentem convertir-nos en una altra persona, sinó quan assumim la responsabilitat de la nostra manera d'estar al món.

Aquest és l'esperit del Taller d'iniciació a l'Enneagrama: un espai vivencial on podràs començar un camí d'autoconeixement que et permeti viure amb més consciència, més llibertat i més autenticitat.

Què hi trobaràs?

Al llarg del taller ens endinsarem en els fonaments de l'Enneagrama, però ho farem sempre des de l'experiència.

Uns dies abans del taller, ebràs un test de l'Enneagrama que ens servirà com a punt de partida. No és una prova definitiva ni una etiqueta. És simplement una primera aproximació que ens ajudarà a començar a fer-nos preguntes.

Durant el taller descobrirem què és l'Enneagrama, quin és el seu origen i què ens pot aportar com a eina d'autoconeixement. Explorarem els nou enneatips, les seves fortaleses i les limitacions, les ferides emocionals sobre les quals sovint construïm la nostra personalitat, les tríades, els moviments de centrament i descentrament i la diferència entre l'ego i l'ésser.

Però, sobretot, aprendrem a mirar-nos amb una altra perspectiva.

A través de dinàmiques vivencials, exercicis d'introspecció, propostes creatives, moments d'escriptura i espais de reflexió, anirem descobrint que darrere de cada patró hi ha una necessitat, una emoció i una història que mereix ser escoltada.

Perquè l'autoconeixement no neix només de comprendre. També necessita ser viscut.

El grup també acompanya

Hi ha trets que és més fàcil reconèixer-nos quan ens trobem amb els altres.

El grup es converteix en un espai segur on compartir, escoltar i deixar-nos sorprendre. En escoltar altres persones, sovint ens reconeixem. Descobrim que allò que pensàvem que només ens passava a nosaltres també forma part de l'experiència humana.

No cal explicar res que no vulguis explicar. Cadascú participa des del lloc on és i al ritme que necessita.

La Gestalt ens recorda que és en el vincle on també ens descobrim a nosaltres mateixos.

No cal tenir-ne coneixements previs

Aquest taller està pensat tant per a persones que s'apropen per primera vegada a l'Enneagrama, així com per a aquelles que en tenen alguna noció però volen anar més enllà de la teoria.

No cal haver llegit cap llibre ni conèixer els enneatips.

Només cal venir amb curiositat, amb ganes d'observar-te i amb la disposició d'obrir un espai per a tu.

Informació pràctica

El Taller d'introducció a l'Enneagrama té una durada de 4 hores i un preu de 40 €.

Aquest import inclou una llibreta de treball, un bolígraf, tot el material necessari per seguir les activitats del taller i un refrigeri.

Si després vols continuar aprofundint en aquest camí, pots inscriure't al Taller d'aprofundiment en l'Enneagrama.

Pots fer-lo de manera independent per 40 €, o bé adquirir el pack dels dos tallers per 70 €. En aquest cas, el taller d'aprofundiment té un cost de 30 € i continuaràs treballant amb la mateixa llibreta, perquè el procés d'autoconeixement no acaba en una sola sessió: continua escrivint-se, pàgina rere pàgina.



Un espai on podràs créixer