



## O pacifista

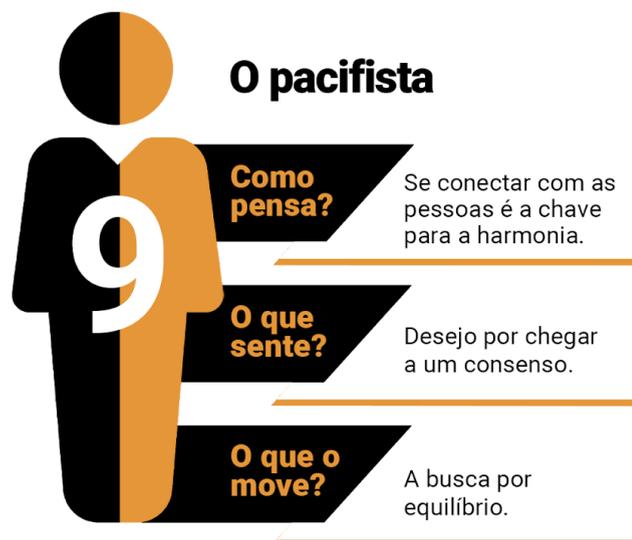
Chamamos o eneatipo 09 de pacificador, porque nenhum tipo é mais dedicado à busca de paz interna e externa do que eles.

Eles são “buscadores espirituais” com grande desejo de se conectar com o cosmos, assim como com outras pessoas. Por isso trabalham para manter sua paz de espírito e para estabelecer paz e harmonia em seu mundo.

Os problemas encontrados nos 09 são fundamentais para todo o trabalho psicológico e espiritual – estar acordado versus adormecer à nossa verdadeira natureza; presença versus fascinação, abertura versus bloqueio, tensão versus relaxamento, paz versus dor, união versus separação.

Ironicamente, para um tipo tão orientado para o mundo espiritual, os do eneatipo 09 são mais fundamentados no mundo físico e em seus próprios corpos. A contradição é resolvida quando percebemos que esse eneatipo está em contato com suas qualidades instintivas e possui um tremendo poder elementar e magnetismo pessoal, ou é separado de suas forças instintivas e pode ser desligado e remoto.

Para compensar a falta de contato com suas energias instintivas, os 09 também se retiram para suas mentes e suas fantasias emocionais.



## Como é a personalidade do eneatipo 09?

Quando suas energias instintivas estão desequilibradas, eles as usam contra si mesmos, represando seu próprio poder para que tudo em sua psique se torne estático e inerte. Quando a energia deles não é usada, ela estagna como um lago alimentado por fontes que ficam tão cheias que seu próprio peso represa as nascentes que a alimentam. Apesar disso, quando os 09 estão em equilíbrio, eles são como um grande rio, carregando tudo junto com ele sem esforço.

Às vezes, chamamos o 09 de coroa do Eneagrama porque está no topo do símbolo e porque parece incluir o todo. No entanto, o que eles geralmente não têm é um senso de realmente se habitar – um forte senso de sua própria identidade. Ironicamente, portanto, o único tipo em que os 09 não são é o próprio 09. Ser um eu separado, um indivíduo que deve se afirmar contra os outros, é aterrorizante para 09. Eles preferem se derreter em outra pessoa ou seguir silenciosamente seus devaneios idílicos.

## Características do tipo 9 - Os pacifistas



### Defeitos do tipo 09

Os do tipo 09 demonstram a tentação universal de ignorar os aspectos perturbadores da vida e de buscar algum grau de paz e conforto “entorpecendo”. Eles respondem à dor e ao sofrimento, tentando viver em um estado de tranquilidade prematura, seja em um estado de falsa realização espiritual ou em uma negação mais grosseira.

Mais do que qualquer outro tipo, o 9 demonstra a tendência de fugir dos paradoxos e tensões da vida, tentando transcendê-los ou procurando encontrar soluções simples e indolores para seus problemas.

Enfatizar o agradável na vida não é uma coisa ruim, é claro – é simplesmente uma abordagem limitada e limitadora da vida. Por outro lado, os 09 tendem a se concentrar no “lado positivo da vida”, para que sua paz de espírito não seja abalada. Mas, em vez de negar o lado sombrio da vida, o que esse eneatipo deve entender é que todas as perspectivas apresentadas pelos outros tipos também são verdadeiras e devem resistir ao desejo de escapar para o “estado de Buda prematuro” ou a “luz branca” do Divino e para longe do mundo mundano. Eles devem lembrar que “a única saída é através”.

## Como o tipo 09 trata a si mesmo

Por medo do abandono, esse eneatipo tende a abrir mão de si mesmo e de suas necessidades para manter os outros ao seu lado.

Quando não conseguem isso, tendem a mergulhar em suas próprias mentes, negligenciando-se no mundo real.

Apesar disso, quando estão em harmonia consigo e com os outros, costumam se cuidar, fazer exercícios e lidar com os possíveis problemas que possam surgir.

## Tipo 09 na infância

Na infância: Podem ter vivido 3 cenários na infância: ou se sentiram desconsiderados, onde opinião de todos na casa tinham mais importância que a delas; ou viviam em um ambiente muito conflituoso, onde estavam sempre apaziguando as coisas; ou foram tão mimadas e viviam em um lugar tão tranquilo, que não precisavam fazer nenhum esforço para obter o que queriam. Isso faz com que elas não consigam lidar bem com conflitos.

Para ajudar na sua compreensão, assista a este vídeo sobre o eneatipo 09.

<https://www.youtube.com/watch?v=FHYyNnBfFs>

## Recomendações para o eneatipo 09

- Descubra se vale a pena ser sempre apaziguador

Vale a pena examinar a tendência do seu tipo de ir junto com os outros, fazendo o que eles querem para manter a paz e ser agradável. O consentimento constante dos desejos dos outros fornecerá o tipo de relacionamento que realmente o satisfará? Lembre-se: é impossível amar os outros se você não estiver realmente presente a eles. Isso significa que você tem que ser você mesmo, que precisa ser independente para poder realmente estar lá para os outros quando eles precisarem de você.

- Se force a estar mentalmente presente

Forçar-se a prestar atenção ao que está acontecendo. Não desligue ou sonhe acordado. Trabalhe focando sua atenção para se tornar um participante ativo no mundo ao seu redor. Tente se envolver mais mental e emocionalmente.

- Reconheça seus sentimentos

Reconheça que você também tem agressões, ansiedades e outros sentimentos com os quais precisa lidar. Sentimentos e impulsos negativos fazem parte de você e afetam você emocional e fisicamente, independentemente de reconhecê-los ou não. Além disso, suas emoções negativas são frequentemente expressas inadvertidamente e atrapalham a paz e a harmonia que você deseja em seus relacionamentos. É melhor divulgar as coisas primeiro, pelo menos permitindo-se tomar consciência de seus sentimentos.

- Exercite-se frequentemente para se tornar mais consciente do seu corpo e emoções.

O exercício regular é uma forma saudável de autodisciplina e aumentará sua consciência de seus sentimentos e outras sensações. Desenvolver a consciência corporal ajudará você a se concentrar e a concentrar sua atenção em outras áreas da sua vida. O exercício também é uma boa maneira de entrar em contato e expressar algumas agressões.

## Exemplos de figuras com personalidade tipo 09

Gilberto Gil, Anderson Silva, Tom Jobim, Superman, Claude Monet, Norman Rockwell, Abraham Lincoln, Dwight D. Eisenhower, Gerald Ford, Ronald Reagan, George W. Bush, John F. Kennedy, Jr, General Colin Powell, Walter Cronkite, Carl Jung, Carl Rogers, Joseph Campbell, Walt Disney, Jim Henson (Muppets), Garrison Keillor, Gloria Steinem, Tony Bennett, Ringo Starr, Carlos Santana, James Taylor, Janet Jackson, Jack Johnson, George Lucas, Ron Howard, Gary Cooper, Jimmy Stewart, Audrey Hepburn, Sophia Loren, Kevin Costner, Annette Bening, Jeff Bridges, Morgan Freeman, John Goodman, Matthew Broderick, Whoopie Goldberg, Woody Harrelson, Geena Davis, Jason Segel, Lisa Kudrow, Toby McGuire, Zooey Deschanel, “Mister Rogers”, “Homer and Marge Simpson”.

Se você quer conhecer mais sobre essa incrível ferramenta, eu tenho duas ótimas notícias para você!

A primeira é que você pode aprender mais sobre o tipo 09 ouvindo esse maravilhoso podcast da coach Nanda Mattos.

<https://open.spotify.com/episode/2X9ZYLFEHpncyMB0onEkjQ>

Já a segunda é que estou escrevendo um e-book de como usar o eneagrama no dia-a-dia e se você tem interesse em aprender mais sobre como interpretar o eneagrama e como aplicar, deixe seu email no campo abaixo.

Preencha seu email e eu te aviso quando o e-book estiver pronto!