

尋找靈魂伴侶

ARE YOU MY TYPE, AM I YOURS?
Relationships Made Easy Through the Enneagram

從九型人格解析人際關係

作家、治療學家

作家、專業漫畫家

蘭妮·巴倫(Renee Baron)伊莉莎白·華蓋利(Elizabeth Wagele)/著◎胡雅沛/總審訂



李美珍／譯

新時代系列 C2

尋找靈魂伴侶——從九型人格解析人際關係

原著／蘭妮·巴倫、伊莉莎白·華蓋利

總審訂／胡雅沛

譯者／李美珍

主編／沈鴻雁

編輯／黃敏華、羅煥耿、賴如雅

美術編輯／林逸敏、鍾愛蕾

發行人／簡玉芬

負責人／簡泰雄

出版者／世茂出版社

登記證／局版臺省業字第564號

地址／台北縣新店市民生路19號5樓

電話／(02) 218-3277 (代表)

業務傳真／(02) 218-3239

編輯傳真／(02) 218-7539

郵撥帳號／07503007 世茂出版社帳戶

電腦排版／龍虎電腦排版公司

製版廠／長紅印製企業有限公司

印刷廠／長紅印製企業有限公司

裝訂廠／立昌裝訂股份有限公司

合法授權・侵害必究

出版日期／1997年11月第一版

定價／370元

原書名／Are You My Type, Am I Yours?

Copyright © 1995 by Renee Baron & Elizabeth Wagele

Chinese translation copyright © 1997 by Shy Mau Publishing Company

Published by arrangement with HarperCollins Publishers, Inc., USA

Copyright licensed by Cribb-Wang-Chen, Inc./Bardon-Chinese Media

Agency 博達著作權代理有限公司

All Rights Reserved

(原書ISBN: 0-06-251248-X)

• 本書如有破損、缺頁、裝訂錯誤，請寄回本社更換。

Printed in Taiwan

尋找靈魂伴侶

從九型人格解析人際關係

**Are You My Type,
Am I Yours?**

作者：蘭妮・巴倫

伊莉莎白・華蓋利

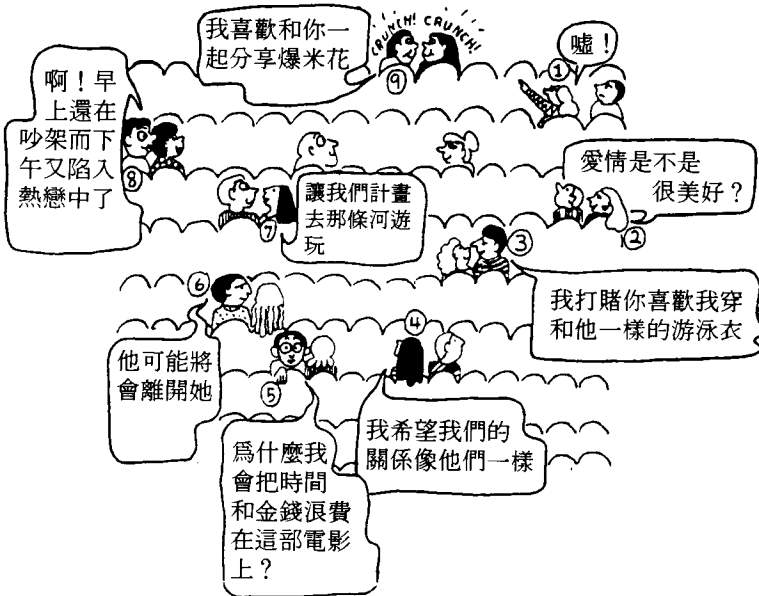
總審訂：胡雅沛

譯者：李美珍

在電影院



出口



出版序

人類文明的演進至二十世紀末到達了物質追求與發展的高峯，隨著寶瓶世紀的來臨，地球所處的宇宙時空中，正醞釀著另一種新文明的誕生；這股改變的浪潮，將帶領全體人類轉向精神領域的探索和提昇。過去的教育、心理學、哲學、神秘學乃至科學、宗教等，無一不是在探求生命的真相與原貌，在衆多分歧、百家爭鳴的表象下，統合萬物的真理逐漸在各個領域悄然浮現，心物一元或是身心靈的結合與昇華，成為當代世人所共同追求的理想與遠景。

於是新時代之光同時在世界上每個角落點燃，而所謂的「新時代運動」是以歐美國家為最早發端，逐漸地發展與演進，目前已成為一股強大的思想潮流，世界各地相關之集會活動、教學課程、藝文出版、音樂創作，乃至科學、醫學的新生命觀、愛護地球的環保運動等，皆屬於此新思潮的展現，它們共同的目的皆在於提昇人類的意識，回歸生命光與愛的本質，進而邁向天人合一、宇宙和平與世界大同的未來。

在台灣，新時代運動的起步較晚，然而近幾年來由於有許多先進及熱心人士用心地投入與推動，並引進各種不同的觀念活動課程，已奠定了良好的基礎。本社在此風雲際會、新時

代來臨之際，自覺亦應肩負起出版者的使命，希望能將新時代的全貌完整且如實地介紹給讀者而規劃出一系列的新時代叢書；新時代的領域包含甚廣，大致可分為十二大類：包括新時代思想類、星際資訊類、光能靈療類、心靈潛能類、水晶礦石類、古文明與神秘學類、星象研究類、創造與生涯類、養生保健類、傳統心靈哲學類、兩性關係類、心靈童書類等等。針對如此浩瀚的領域，本社將有計劃地網羅各類別的好書，在此系列問世的第一、二年間，先推出其中七大類，共約四十本以饗讀者。

A、新時代思想類：此類叢書首重闡釋新時代的生命觀、哲學觀以及意識架構，啟發我們以另一種多元整體的觀點來省察生命的真理與意涵。

B、光能靈療類：介紹能量與光的本質，以及如何將光能運用在身心靈的治療上。

C、心靈潛能類：透過冥想、能量的操作乃至各類心靈技巧的演練，把人類天賦的潛能予以開發。

D、創造與生涯類：應用新時代生命觀來創造更美好與豐富的物質世界，真正將心物一元的理想落實在生活中。

E、水晶礦石類：介紹各類礦石水晶，以及它們與身心靈的提昇及治療的關係和實際操作技巧。

F、養生保健類：以自然而符合生命的原始法則之養生方式來增進生活品質，以健康和

樂的生活作為心靈提昇的基石。

G、星際資訊類：了解來自其他星系和文明的心靈訊息，喚醒我們內在的宇宙記憶和知識，重建天人合一的連結。

隨後數年將逐漸發展到其餘類別，希望以階段性的方式將這十二類國內外新時代的相關著作予以完整的介紹，並計劃於適當時機，與國內相關的團體、工作坊結合，舉辦各種活動及讀書會，或邀請國內外作家、專業人士舉辦座談會或相關課程，作為書籍出版之後續服務，及對讀者的回饋。

當然要圓滿達成這樣的一個書香遠景，是需要長時間的投入及努力，與各方的奧援及支持。我們願善盡出版者的責任，希望能以好書陪伴這急遽變動中的世界，邁向另一階段的躍昇，更期待新時代中的光與愛能普照全體人類和十方宇宙，讓眾生萬物都回歸到真實而喜悅的生命中。

總審訂 簡介

胡雅沛畢業於台大政治系，於學生時代即開始探索新時代的訊息與能量研究，曾接受歐林、光的課程，和知見心理學等新時代專業課程的訓練，目前致力於星象能量和行星意識的研究。此外，經常擔任新時代各類課程現場□譯，以及光能冥想教學和個人諮商治療。

導讀

前言

俗話說：「一種米養百種人」，又說人之不同，各如其面。照此說，人不是有幾十億種了嗎？那麼要瞭解人不是太困難了；還好人類很聰明，發展出各種的歸類方式，來方便於大家作瞭解。例如：容格將人分為六類、印度醫學將人分為三類、中國的人相學將人分為五類、高靈Michael將人分為七類、西洋占星學將人分為一百種以上、《水滸傳》一書將人分為一百零八條好漢……等等。這些都是人類的智慧結晶，皆有值得參考之處。

起源

而「九型人格」也是其中很獨特的一個歸類系統，這個系統相傳是蘇菲派的不傳之祕，其長老團使用這套東西來幫助信眾，一直具有神奇的成效。這套東西後來因故被流傳出來。然因其精準度高，又不像紫微或西洋占星術那樣複雜，一般人皆可以在較短的時間內學會、致用。

A0P6 7254

這套學問已經漸在美國的校園中流行，相信不久也會在臺灣流行。

◎ 人分三類九型

「九型人格」就是將人分為「腦中心型、心中心型、腹中心型」三類。

腦中心型的人，容易活在過去，喜歡蒐集資料、講道理，藉思考與反省運作，平常不是感到安全就是感到焦慮。腦中心型又分為第五型「觀察者」、第六型「質問者」及第七型「享樂者」。腦中心型的人容易在行動力方面出問題。

心中心型的人，容易活在現在，喜歡人及感受上的運作，對人不是認同就是敵意。心中心型又分為第二型「助人者」、第三型「實踐者」及第四型「浪漫者」。心中心型的人容易在情感方面出問題。

腹中心型的人，容易活在未來，喜歡解決問題，看重事實，藉本能和習慣運作，平常不是壓抑就是攻擊。腹中心型又分為第八型「支配者」、第九型「媒介者」及第一型「完美者」。腹中心型的人容易在與環境的互動關係方面出問題。

◎ 基本認識

為了避免學習者的誤會，有幾點基本觀念說明如下：

1. 「人」，就是分九型，而您必然是屬於其中一型（關於這一點，目前手頭的資料都沒有解釋清楚）。

2. 沒有哪一型比哪一型好，而是每一型都會有轉往更健康及更惡化（更無自覺）的兩個方面。

3. 所謂的「完人」，可以說就是具足這九型的健康型之所有的特點。

4. 整合得更健康，不是胡亂走，是有固定的方向，分成兩組跑：

第一是：1↓7↓5↓8↓2↓4↓1

第二是：9↓3↓6↓9

參考林寶島老師上課的講義，解釋如下：

1 要學7之任性、放鬆，不那麼努力；

7 要學5之多蒐集資料，深入思考；

5 要學8之超強行動力；

8 要學2之有愛心及開放傾聽；

2 要學4之多做自我探索；

4 要發現自己已經很完美；

9 要學3之騷包及做事有計畫；

3 要學 6 之思辨及忠實；

6 要學 9 之沉穩及寬厚。

與之相反的方向跑即是惡化的方向。

5. 由於每個九型人格的學者對九種類型的名稱與定義上有所差異，讀者應就其類型的精神意涵予以探索，毋須狹義的限制在文字的意義（名稱的界定）上。

⊗ 用途

俗話說：「知己知彼，百戰百勝。」雖然人間不是戰場，但也有商場、官場、情場……等，所以九型人格的用途還是很廣的。筆者認為「九型人格」這套學問，對於以下幾種人特別有用：

「九型人格」最主要的用途是用在個人的自我成長，因為這套學問非常有助於瞭解自己的缺點、盲點及優點。所以凡是有心「修道、成長、超凡入聖」的人，很有必要學習，這套學問會告訴你在世上要活得真正快樂的關鍵是什麼，還有最需要磨練的項目是什麼。

當前有心修行、成長的人頗多，但是困難點是宗派及法門太多，不知道如何選擇對自己最有實效的來參學，但是如果知道自己是那一型的人就會容易多了。例如：如果你是第一型「完美者」，那麼千萬不要再修「苦行」了，修「樂行」倒不錯；萬一你是第七型「享樂

者」，那麼修一段時間的「苦行」會很有助益；而像第二型「助人者」要多學習覺察自己的需要並多多愛自己；第五型「觀察者」要減少獨處的時間，多到人羣中分享。

俗話說：「男怕入錯行，女怕嫁錯郎。」學會「九型人格」，對於選擇自己的職業及終身伴侶亦可以發揮其神效。例如第二型的人很適合做社工，第一型的人很適合做需要高度精密的工作。而第一型的人找第七型結婚很好，第五型的人找第八型結婚很好，第四型的人找第一型結婚很好……等。

第四是擔任領導者角色的人，知道部屬是那一型人，就容易得其心，得其心則得其人。同時會知道那一種職位，找那一型的人擔任會做得最好。可以做到人盡其材。

例如：財會人材可找第一型「完美者」、業務員可以找第三型「實踐者」、參謀可以找第五型「觀察者」、人事管理可以找第二型「助人者」、出點子及公關可以找第七型「享樂者」、領導人材可以找第八型「支配者」、……

第五是想把人際關係弄好的人（例如業務員、公關、外交官……）。

第六是宗教師、心理醫師、婚姻問題諮商師……等助人工作者，在協助他的信眾或個案時會很好用。

第七是教育工作者，若學會這套學問，就很容易發揮「因材施教」的理念。

第八是子女衆多的父母，明白子女是那一型人的話，管教起來會輕鬆許多。

正如凱倫·魏（Karen Webb）所說：「它相當古老，能完美而精確地描述人類變化多端的人格，以及人格和每個人靈性真我之間的直接關聯。……它可為任何追求心理或靈性成長，或是期望為兩者搭起橋樑的人們，扮演其生命中相當獨特的角色。……」

總之學習「九型人格」，對於知己知彼及人際關係的改善，都有很大的助益。

☹ 判斷型別的程序

學習「九型人格」，大家最關心的大概就是如何判斷型別了。基本上這一類的書上都有問卷，可以填寫看看，雖然不一定準，但是還是有用，然後配合日常生活的自我觀察，再來修正，即可以達到很高的準確度。在「九型人格」的正式課程中，老師會帶一些活動來幫助學員看到一些自己平常沒有浮現的特質。

判斷型別的第一步是判斷是屬於「腦、心、腹」三大類型的那一類。

第二步再判斷出確實屬於九型之中的那一型。

第三步是判斷正在往更健康，還是更惡化（更無自覺）的方向走。

第四步是判斷在附屬子型中是屬於那一種。

㊦ 台灣已出版書目

討論「九型人格」的書，英文版聽說已經有三十幾本，中文版如果能夠翻譯到超過十本，相信會在台灣掀起一股熱潮，尤其是在電視上開始出現幾個這類節目的時候。

以下列出在台已出版的幾本書提供給大家參考：

- (1)《性格型態》／遠流出版社
 - (2)《瞭解自己》／海飛麗出版社（絕版）
 - (3)《人格之旅》／禾揚出版社
 - (4)《人性面面觀》／林寶島·常勤芬著
 - (5)《認識九型人格——重現古老的靈魂智慧》／世茂出版社
 - (6)《尋找靈魂伴侶——從九型人格解析人際關係》／世茂出版社
- 在台北已有三個以上的單位開辦有「九型人格」的研習課程。

㊦ 千萬別做的事

最後要提醒讀者一點，研究「九型人格」是好事，但正如凱倫·魏所說的，有幾件千萬別做的事：

- (1) 別把九型人格當作晚宴遊戲。
- (2) 別告訴別人他們屬於哪一個類型，或是把他們看作是類型的代表——他們是他們自己，而不是一種類型。
- (3) 別把這套學問的「教條」套在別人身上。
- (4) 別運用這些比人優越的知識去支配別人或扮演起上師的角色。
- (5) 別利用你的類型當作行為的藉口。

⊗ 一點點感想

研究了「九型人格」，深深感覺到人類欲進化地完善，歸納起來，只有兩個重點，一是更有自覺覺他的能力，二是更能夠愛己愛人；除開這兩點，人類還有甚麼出路可言？謹祝福有心人都穩健、輕快地走在真理的大道上。

目錄

出版序	3
導讀	7
第一章 九型理論與人際關係	17
第二章 第一型 完美主義者	31
第三章 第二型 協助者	63
第四章 第三型 實現者	93
第五章 第四型 浪漫主義者	119
第六章 第五型 觀察者	147
第七章 第六型 質問者	177
第八章 第七型 冒險者	205
第九章 第八型 主張者	237