

Thomas Diener

ESENCIA PRÁCE

Alchýmia navigácie pri hľadaní povolania

Preklad: Andrej Jeleník, november 2007

Obsah

Úvod

Teória

Návrat alchýmie

Úvod

Výrobcovia zlata

Triezvy svet

Funguj!

Zamestnanec ako jednodimenzionálny človek

Komplexné záležitosti

Povolanie

Moderné laboratórium

Fázy procesu

Čiernenie

Bielenie

Červenanie

Zážitok noci

Iniciačné rituály

Prax

Štandardné postupy alchýmie v navigácii pri hľadaní povolania

Úvod

PRIMA MATÉRIA

Životopis

Rozhovor

Zámer

Obuvník, drž sa svojho kopyta

Driemajúci potenciál

Záľuby a schopnosti

Spätná väzba

Rozprávanie príbehov

Životné skúsenosti

Vzdelávací výbor

Silné a slabé stránky

Svety

Výhľad

NIGREDO- Sedenie na vajciach

Pec

Posaď sa!

Netrpezlivosť a ťažoba

Zúfalstvo

Protiklady v dialógu

Počúvať

Rozprávky v navigácii pri hľadaní povolania

ALBEDO- Imaginácia sa prebúda

Zhromaždiť klenoty

Spomienky z detstva

Zosilniť plameň

Hviezdne hodiny

Pohľadnicové orákulum

Projekty a kvality

Svet kvalít

Deň v budúcnosti

Plánovanie z budúcnosti

RUBEDO- Nový poriadok sveta

Východ slnka

Kritici, monštrá a kazisveti

Podporný výbor

Chyť ten klobúk!

Spontánnosť

Epilóg

Navigácia v živote a pri hľadaní povolania ako siet'

Odkazy

Použitá literatúra

Obrazové zdroje

Predslov

Svet práce sa mení obrovskou rýchlosťou. Nezamestnanosť sa stala v médiach témou číslo jeden. Stále ešte očakávame, že nám hospodárstvo poskytne dostatok pracovných miest, a predsa sa bojíme o svoje vlastné zamestnanie. Zároveň sa stupňuje mobbing a vyhorenosť z práce. Väčšina zamestnancov prežíva svoj bežný pracovný deň ako miernu chronickú chorobu- človeka nezabije, ale je nepríjemná a bolestivá. Štát namiesto toho, aby prácu oslobodil a poskytol ľuďom možnosť venovať sa skutočne zmysluplným činnostiam, dotuje množstvom peňazí pracovné miesta, ktoré nie sú o nič lepšie ako veslovanie na galejách.

Sloboda nie je možnosť voľby medzi dvoma či viacerými viac-menej nelichotivými alternatívami. Sloboda znamená oveľa viac, znamená mať možnosť robiť niečo skutočne dôležité- niečo, čo skutočne chcem. *Nová práca* ponúka priestor pre tvorivosť a rozvoj vlastnej osobnosti. Zamestnanecký systém už dosluhuje a ľudstvo má šancu oslobodiť sa od poroby práce za mzdu.

Práve tu hrá veľkú úlohu pojem povolanie. Je to najdôležitejšia súčasť Novej práce. Každý človek by mal dostať šancu robiť niečo na základe významu a nasledovať vlastné povolanie. V centrách Novej práce sa ľudia pokúšajú spoločne s kolegami prijsť na to, aké je ich povolanie.

Po prednáškach na tému *Nová práca* sa ma ľudia pravidelne pýtajú: „Ako viete, že niekto našiel to, čo skutočne, skutočne chce?“ „To je veľmi jednoduché,“ odpovedám im, „Vidíte to na ňom. Výraz tváre človeka, postoj jeho tela a spôsob, akým sa pohybuje vás nenechá na pochybách.“

Ako však nájdeme svoje povolanie? K tejto téme vám chcem obzvlášť doporučiť túto knihu. Nepodáva žiadne odpovede, ale sprevádza čitateľa postupne a citlivo na ceste k zmyslupnejšiemu usporiadaniu vlastného života. Cítiť z nej, že autor má dlhoročné skúsenosti.

Obzvlášť sa mi páči, že autor dáva do súvisu povolanie s pocitom, že sme nažive. Pociť, že sme nažive nie je žiadnou samozrejmou. Živými sa nestávame automaticky, ale procesom neustálej obnovy. Pritom sa učíme robiť to, čo skutočne, skutočne chceme. Kto raz uvidel svetlo v očiach človeka, ktorý sa cíti byť nažive, bude motivovaný vydať sa tiež na túto - niekedy namáhavú - cestu. Táto kniha nám k nej poskytuje mapu. Často, keď ľuďom podpisujem moje knihy, ich vraciam s vetou: „Dobrá chuť“. Tú vám želim aj pri tejto knihe.

Frithjof Bergmann
Ann Arbor, máj 2006

Prológ

Jedného dňa sa dostanete do bodu, keď si položíte otázku, ako si chcete zariadiť svoj život. Možno stojíte pred rozhodnutím, aké vzdelanie či povolanie by ste si mali vybrať. Možno stojíte pred zmenou vašej životnej situácie: Chcete zmeniť bydlisko, hľadáte si nové zamestnanie či oblasť činnosti, alebo sa chcete po istom čase, kedy ste robili iné veci vrátiť do sveta práce.

Možno váš život len jednoducho stratil švih. Každodenný život pomaly a nebadane zošedivel a začínate sa báť momentu, kedy sa všetko zastaví. Túžite po nadšení a radosti zo života, ktorú ste poznali, po obdobiach, kedy bol váš život ešte dobrodružstvom.

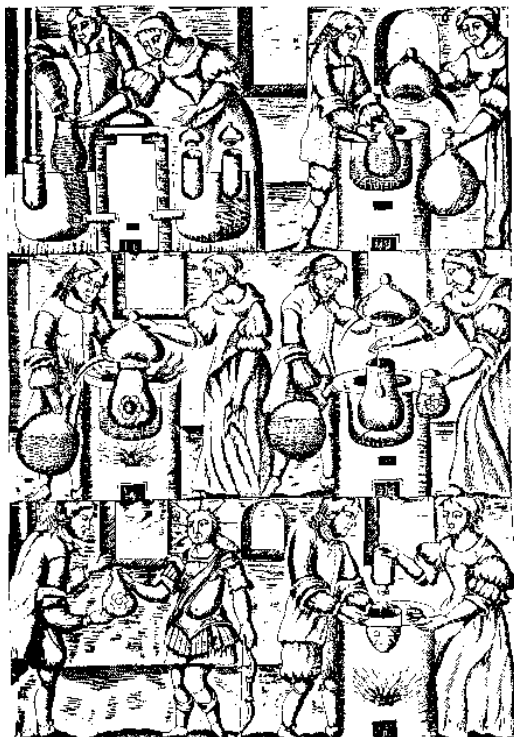
Obzeráte sa po ľuďoch, ktorí by vám mohli dať radu, ako by ste mali s vašimi otázkami zaobchádzať:

Je tu staviteľ, ktorí vám odporúča najprv poriadne vymerať pozemok vášho života. Potom sa posadíte pred čistý hárok papiera a navrhnete formu a veľkosť svojho domu. A na základe tohto plánu začnete stavať. Kameň za kameňom. Všimnete si, že váš dom vám dáva bezpečie. Chráni vás pred chladom a dažďom. Poobzeráte sa a zbadáte naokolo tiež ďalších ľudí sedieť v ich domovoch. Steny sú však tvrdé a pevné, chýba vám v živote prekvapenie a iskra.

Potom stretnete vojvodcu. Odporúča vám vybrať si pozemok, ktorý sa oplatí dobyť. Musíte si vytvoriť jasnú stratégiu a zvoliť taktiku, od ktorej očakávate najlepší účinok. Učíte sa zaobchádzať so zbraňami, žijete zdravo a udržujete sa v kondícii. Máte cieľ a ten vám dáva energiu. Ale raz začnete nad svojím cieľom pochybovať. Všimnete si, že sa ho držíte viac zo strachu pred prázdnotou než z presvedčenia: príde moment, kedy sa vám váš cieľ úplne stratil z dohľadu. Dokážete teraz úspešne vybojovať mnoho bojov a dokonca vyhrať aj vojnu. No napriek tomu už vidíte len utrpenie a boj: lesk hrdinstva pominul.

Teraz sa obzeráte po ľuďoch, ktorí majú v očiach jemné trblietanie spokojnosti. Od nich si sľubujete cenné rady týkajúce sa zaobchádzania s otázkami vášho života a pritom stretnete alchymistku. Pozve vás do svojho laboratória a vysvetlí vám ako zaobchádzať s vypaľovacou pecou, destilačnými bankami a filtrovacími systémami.

Naučí vás vyrábať elixír života- tinktúru, ktorá oživuje a „privádza všetky telá k vlastnej dôstojnosti“.*



Obrázok 1
Na starých rytinách a obrazoch sú často
znázornení muži a ženy v alchymistickej
dielni spolu.¹

Teória

Návrat alchýmie

Úvod

Raz som pracoval so ženou, ktorá chcela byť ako dievča učiteľkou v materskej škôlke. Tento sen mala už ako 5 ročná. Keď dosiahla vek, keď mohla začať so vzdelávaním, išla s veľkým búšením srdca na prijímačky štúdia pedagogiky. Tie však nezvládla a namiesto toho sa stala sekretárkou. V 52 rokoch sa jej tá práca už tak sprotivila, že sa jej vzdala bez toho, aby si našla nové miesto. Teraz sa intenzívne snažila vysporiadať so svojimi snami a zistila, že doteraz potajomky živila pranie pracovať s deťmi.

Nezaobchádzame s našimi snami, prániami a túžbami podobne? Nerealizujeme ich, alebo len váhavo, ale v skutočnosti sa s nimi ani nerozlúčime, aby sme sa mohli venovať novým pozitívnym možnostiam. Takže nás sprevádzajú bez toho, aby mohli dať nášmu životu nejaké smerovanie a sú často skôr zdrojom nešťastia než ukazovateľom cesty k naplnenému životu.

Táto kniha sa obracia na ľudí, ktorí chcú dať svojmu životu nové smerovanie. Pracujem viac ako 15 rokov s ľuďmi, ktorí sa nachádzajú v procese zmeny povolania. Spočiatku ako personálny poradca, potom ako tréner, kouč a kariérový poradca. Pritom som sa naučil, že obdobie hľadania nového smerovania je veľmi zneisťujúce a práve keď ide o zárobkovú činnosť sa cítia mnohí z mojich klientov ako hračky v rukách ekonomického vývoja, ktorý sami nemôžu ovplyvniť. Ich priestor realizácie sa zdá byť veľmi malý a rýchlo strácajú odvahu. Ich skutočné pocity, sny a vízie preto ostávajú pri rozhodnutiach o ich pracovnom živote nepovšimnuté.

Takýto postoj nám berie energiu. Depresie a choroby z vyčerpania sa v posledných rokoch veľmi rozšírili. Keď si uvedomíme, že sme pracovne na nesprávnom mieste, mali by sme niečo podniknúť. Čakanie väčšinou situáciu nezlepší.

Do procesu zmeny sa môžeme ponoriť, aj keď ešte nevidíme žiadne perspektívy a netušíme, čo z toho napokon vzíde. Pritom budeme zažívať fázy beznádeje a budeme konfrontovaní s tušeniami, obrazmi a túžbami. Budeme zapletení do výmen názorov a budeme sa musieť vysporiadať s prekážkami.

Na tejto ťažkej ceste potrebujeme navigačnú pomoc. Obrazy a podobenstvá mali v mnohých kultúrach funkciu ukázať smer a v ťažkých časoch poskytnúť útechu. Ale aké príbehy pasujú k téme zmeny povolania? Užitočným obrazom je iste cesta: vyrážame do neznáma, zažívame dobrodružstvá a vraciame sa späť zmenení a obohatení. Mnohé príbehy o hrdinoch sledujú tento vzorec.

Iná metafora, ktorá sa veľmi dobre hodí k procesu navigácie životom a pri hľadaní povolania je menej známa: Je to alchymistický proces, ako je popisovaný v mnohých rukopisoch a podobenstvách stredoveku. C.G. Jung, priekopník psychoanalýzy v 20. storočí alchýmiu takpovediac znovuobjavil a využil ju ako zásobáreň predstáv a obrazov pre svoju formu analytickej psychológie. Táto kniha je pokusom znovu oživiť staré obrazy tým, že ich spojím s mojimi skúsenosťami, ktoré som nadobudol rokmi práce s ľuďmi v procese zmien.

Prvá časť knihy ponúka úvod do myšlienkového sveta, ktorým sa v navigácii pri hľadaní povolania riadim, druhá časť popisuje prax. Želám vám pri čítaní tejto knihy veľa zábavy a objavovania.

Výrobcovia zlata

Neboli alchymisti tí ľudia, ktorí prepadli klamnej predstave, že sa dá z olova vyrobiť zlato? Prečo by sme sa v dnešnej dobe mali zaoberať vedeckými omylmi ľudí minulých dôb?

Aby sme na tú otázku mohli odpovedať, skúsme sa vžiť do myslenia človeka, ktorý ešte nevedel nič o modernom svete chemických prvkov. V období pred 200 rokmi bolo len málo prírodovedných poznatkov o chemických procesoch. Alchymisti pozorovali prírodu a sami seba. Teórie, ktoré pri tom vytvorili hovoria veľa o spôsobe, akým prežívali svet. Niektoré z nich sa ukázali byť mylné. Iné – z väčšej časti v psychologickej než prírodovednej oblasti svoju relevantnosť nestratili.

Pre alchymistov bolo Stvorenie vo vývoji. Svet pomaly dozrieval a krok za krokom bol ušľachtilejší. Aj charakter človeka rokmi dozrieva a práve tu sa ukazuje, že príroda dáva priestor k spolupráci. Určité prirodzené procesy môže človek urýchliť. Prečo by to nebolo možné aj u procesov v ríši minerálov? Nedozerujú kovy vo vnútri zeme a nestávajú sa tam vďaka tajomným, ale prirodzeným procesom ušľachtilejšie? Možno by sa takýto vývoj v laboratórnych podmienkach dal urýchliť do takej miery, aby sa neušľachtilé olovo v rozumnom čase premenilo na zlato. Dobré, priznávam: Asi to nebude také jednoduché, inak by výroba zlata nebola žiadnym veľkým umením. Ale náš adept, študent alchymie, nebol predsa sám. Možno mal učiteľa, ktorý tvrdil, že sa mu to podarilo, alebo prinajmenšom rukopisy z dôveryhodných zdrojov, v ktorých boli zaznačené recepty. Samozrejme žiadne ľahko zrozumiteľné recepty. Koniec koncov každé povolanie malo svoje tajomstvá a nepovolani sa radšej nemali ani snažiť tie hádanky rozlúštiť. Texty boli kódované a obsahovali aj zámerne chybné informácie. Rozlúštiť ich dokázali len povolani.

Počas stáročí, v ktorých bola alchymia vážnym umením, alchymisti vo svojich laboratóriách dúfali, že jedného dňa vyrobia pravé zlato. Žlté kovové látky sa im vyrobiť podarilo a tieto takmer úspechy, toto len tesné zlyhanie je jedným z dôvodov, prečo išli neustále do práce s novou nádejou. Pri svojich pokusoch sa alchymisti naučili veľa o hmote a veľká časť poznatkov a objavov, ktoré dnes bežne používame, vznikli v ich laboratóriách.

Samozrejme, že medzi alchymistami bolo veľa šarlatánov a to ligotavé, tajomné a posvätné, ktoré alchymiu obklopovalo sa neustále zmiešavalo s profánnou chamtivosťou za peniazmi na jednej strane a hlúposťou na druhej.

Popri materiálnom svete však alchymisti zároveň skúmali úplne iný svet. V ňom je túžba účinnou silou a procesy premeny neprebiehajú podľa zákonov systému periodickej tabuľky prvkov. Niektorí intuitívne spoznali, že ich traktáty možno čítať aj alegoricky. Pritom mimochodom nakreslili obrazy a vytvorili štruktúry, ktoré by sme dnes priradili k psychológii.

Ostré delenie medzi duchom a hmotou je dieťaťom moderny a preto neprekvapí, že alchymia v jej tajomnom medzivesete, v ktorom sa vnútorná a vonkajšia premena vzájomne podmienovali a prelínali, dokázala tak dlho prežiť.

Keď sa praktická časť alchýmie rozplynula v prírodných vedách a stala sa chémiou, stratila zvyšná časť svoje prepojenie s reálnym svetom laboratória. Vznikol zvláštny jarmok rojčivých a obsahovo prázdnych špekulácií a čoskoro „Veľké umenie“ vydýchlo posledný zvyšok života. Ostal len triezvy svet.

Triezvy svet

Nie je to práve tá triezvosť, vďaka ktorej dnes mnohí trpia? S víťazným postupom prírodných vied sa rozšíril mechanický obraz sveta a neobišiel aj vďaka industrializácii ani náš svet práce.

Samozrejme, že sme týmto rozvojom veľa získali a skoro nikto sa nechce vrátiť do čias, keď sme naše prádlo varili v hrnci nad ohňom a vodu vláčili do domu zo studne. Vďaka technologickému rozvoju sme dnes vyriešili veľa problémov. Materiálne sa nám darí tak dobre ako nikdy a predsa: Čoraz viac ľudí trpí pocitom, že ich práca nemá žiaden zmysel. Niekde na ceste k lepšej budúcnosti práca stratila svoju dušu. Počet zamestnancov, ktorí sú postihnutí vyhorením, depresiou ale aj mobbingom z roka na rok rastie. Čo sa s naším svetom práce stalo?

Najlepšie sa k tejto téme priblížime tak, že si pozorne vypočujeme príbehy, ktoré rozprávajú ľudia v súvislosti s ich životopisom. Aby som to ozrejmil, chcem povedať niečo z môjho vlastného života: V mladosti som prežíval svet práce a život ako úzko prepojené. Obchodík s potravinami mojich rodičov nám niekedy slúžil aj ako priestor na hranie. Istým spôsobom som na príklade svojich rodičov zažil prácu ako „zmysluplnú“ slobodne určenú činnosť a nie iba ako splnenie dopredu danej funkcie. Moje štúdium asistent-manažera v reklame som skončil so zmiešanými pocitmi. Reklama ma síce zaujímala a podnik, v ktorom som sa vzdelával mal príjemnú a dôvernú atmosféru, ale kancelársky svet ako celok mi pripadal umelý. Rýchlo som si uvedomil, že v „hospodárstve“, ako som ho tam zažíval vládne úzka definícia vzťahov a že kritériom k úspechu nie je spokojnosť mňa ako osoby, ale fungovanie v dopredu danom rámci.

Po tejto skúsenosti som vtedy po ukončení vzdelania radšej pracoval v demokraticky spravovanom podniku. ** Tam som zažil, že práca môže byť aj zábavná. Moja činnosť síce nebola taká pútavá, ale celkové prostredie mi sedelo a tešil som sa na každú pracovnú smenu, pretože som mal rád mojich kolegov a pretože som mojou prítomnosťou spoluvytváral prostredie. Neskôr som ako zamestnanec na dočasný úväzok nahliadol do iných oblastí. Ako stavebný robotník a tesár, v oblasti služieb, ako predavač, účtovník a dočasne aj pastier kráv som sa často cítil ako zúčastnený pozorovateľ. Táto sebadefinícia mi umožnila dobre sa prispôbiť požiadavkám, ktoré boli na mňa kladené. Vďaka mojej „tajnej“ výskumnej činnosti som mal odstup a vnútorný priestor na hru, ktorý pôsobil osviežujúco. Táto metóda však zlyhala hneď, len čo som sa pokúšal s tou prácou identifikovať: Bolo zábavné hrať na pár týždňov rolu účtovníka, ale predstava byť účtovníkom znamenala koniec hry.

S mojimi ťažkosťami vo svete práce som sa považoval za výnimku. Keď som sa obzeral v kruhu mojich priateľov, mal som často dojem, že ostatní vedia veľmi dobre, čo chcú a vedia sa zmieriť s danou štruktúrou práce. Zdalo sa mi, že som jediný, kto má s tým problémy. Keď som neskôr s priateľmi založil združenie na sprostredkovanie pracovných miest v oblasti ekológie, uvedomil som si, že moje pocity zdieľajú mnohí zamestnanci. Dostával som telefonáty od množstva ľudí zo všetkých povolání a vrstiev, ktorí hľadali zmysluplnú činnosť. Títo ľudia mi rozprávali o svojich ťažkostiach, ktoré mali s čítaním inzerátov o ponuke pracovných miest a aké ťažké je cítiť sa ako človek, keď sa majú stať časťou puzzle z jasne

definovanými funkciami v cudzom podniku. Mnohí trpeli tým, že nevideli vo svojej práci žiaden zmysel: „Chcel by som prísť večer domov z práce a mať pocit, že som vykonal niečo zmysluplné.“ Túto vetu som počúval neustále.

Funguj!

Kde sa stratil ten náš cit pre zmysel? Na ceste k materiálnemu blahobytu sme sa naučili definovať svet na základe toho, akým spôsobom ho možno využiť. Z nádherných voľne stojacich jabloní sa pritom stali správne zastrihnuté špalierové stromy. Účinnosť jednoduchého zberu úrody je pre nás dôležitejšia ako voľný rast.

To je možno pochopiteľné v jabloňovom sade. Čoraz hlbšie sa však toto myslenie o využívaní vecí zakorenilo v našom každodennom svete: priamo v našich vzťahoch a práci. Porota, ktorá každý rok vyberá z celého radu poslaných návrhov „najnevhodnejšie slovo roka“^{***} dala pre rok 2004 na prvé miesto slovo „ľudský kapitál“. Slovo, ktoré ukazuje, ako hlboko sa funkcionalistické pojmy z ekonómie zahniezdili do každodenného jazykového úzusu. Ale je to aj poukaz na to, že rastie nespokojnosť so svetom, v ktorom majú platnosť už len ekonomické záujmy.

Oblasť, v ktorej nás prehnané zdôrazňovanie prospešnosti silno zasiahne je svet práce. Práca za mzdu je riadená chladným mechanizmom trhu a ten od nás nahlas a nasilu vyžaduje: Funguj!

Zamestnanec ako jednodimenzionálny človek

Tlak k fungovaniu, ktorému sme vo svete práce vystavení, sa odráža aj v praxi moderných kariérových a personálnych poradcov a poradkýň, ktorí by nám mali pomáhať pri rozhodovaní o našom pracovnom živote a brať pritom do úvahy aj naše sny a priania.

Štandardizované metódy, ktoré už od samého začiatku našu fantáziu a živosť ohraničia, sú značne rozšírené a tak samozrejmé, že ich len málokedy spochybňujeme. Iste že osobnostné dotazníky a štruktúrované rozhovory majú v poradenstve pre voľbu povolania svoje miesto a opodstatnenie. „Medzisvet duše“, v ktorom sa mohla rozvinúť alchymia sa však pritom do pozornosti nedostane a energiu, ktorá vzniká pri rezonancii našich snov s najočividnejšími či najskrytejšími možnosťami sveta nemôžeme využiť.

Aby ste to mohli lepšie pochopiť, uvediem vás do štandardizovaného poradenstva pre voľbu povolania, ako ho ponúkajú najrôznejšie inštitúcie:

Kompetentná osoba s vami spraví sériu testov. Vyplňate osobnostné dotazníky, odpoviete na otázky obsiahleho intelligenčného testu, necháte si zmerať vašu krátkodobú pamäť, ohýnate drôty, aby sa mohli posúdiť vaše manuálne zručnosti a interpretujete komplikované trojrozmerné obrázky, aby sa zistilo viac o vašej priestorovej predstavivosti. Po jednom alebo dvoch dňoch ste prešli všetkými testmi. Teraz počkáte na vyhodnotenie výsledkov a tie vám budú prezentované vo forme profilu vašich schopností. V ňom sa dozviete nielen to, čo viete, ale váš potenciál je teraz možné porovnať aj s ostatnými ľuďmi. Možno že vaše IQ leží 10 bodov nad priemerom, alebo zistíte, že máte v porovnaní s rovesníkmi dve ľavé ruky.

Myšlienka za týmto druhom poradenstva je jednoduchá: Ku každému povolaniu, ku každej práci existuje profil požiadaviek. Ten môžete teraz porovnať s vašim profilom schopností, a kde je najväčšia zhoda, tam patríte.

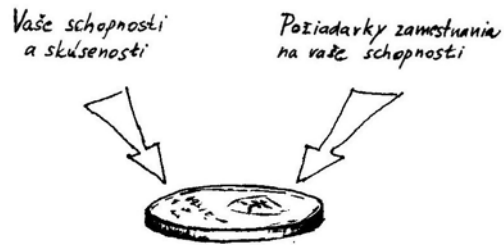
Tento postup je krátky a praktický, ale má pár zásadných nedostatkov: Každá akokoľvek obsiahla batéria testov vás redukuje len na tie informácie, ktoré dané testy viac alebo menej presne merajú. Vzniká neživý digitálny profil. Viacrozmernosť a mnohovýznamovosť sa pritom strácajú. A nepulzuje život práve tam?

Aj profily požiadaviek pre povolania a pracovné miesta sú jednodimenzionálne a neživé. Preto nie je prekvapujúce, že mnohí ľudia, ktorí si hľadajú zamestnanie majú inštinktívny odpor voči takýmto ponukám zamestnania: Popis hľadanej osoby sa obmedzuje na schopnosti a vzdelanie. Necítíme sa byť pritom oslovení ako celí ľudia.

Poradca pre voľbu povolania vám teda povie: „Na základe vášho profilu by ste mali premýšľať o tom stať sa laborantom vo fyzike.“ Možno vám to dá dobrý pocit. Čím viac informácií získate o tejto oblasti povolania, tým budete viac nadšení. Potom už viete: Poradenstvo fungovalo a svoje peniaze ste investovali dobre. Ale možno že sa nestane nič. Váš profil schopností síce súhlasí s profilom požiadaviek povolania, ale nevznikne žiadna rezonancia, zhoda sa zdá byť náhodná a bez života. Teraz zistíte, že ste pri tomto lineárnom postupe zanedbali dôležitú stránku: komplexný, mnohostranný, živý a často protirečivý svet vašich snov a prianí.

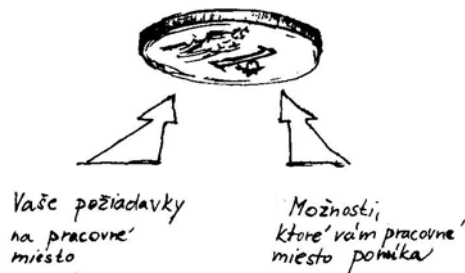
Komplexné záležitosti

Klasické poradenstvo v oblasti povolania je silno zamerané na otázku: Čo viete a aké požiadavky sú na vás v určitom povolaní kladené:



Obr.2 Pohľad zamestnávateľa na váš potenciál.

To je v princípe hľadisko zamestnávateľov. Obrátenou stranou mince je vaše vlastné hľadisko.



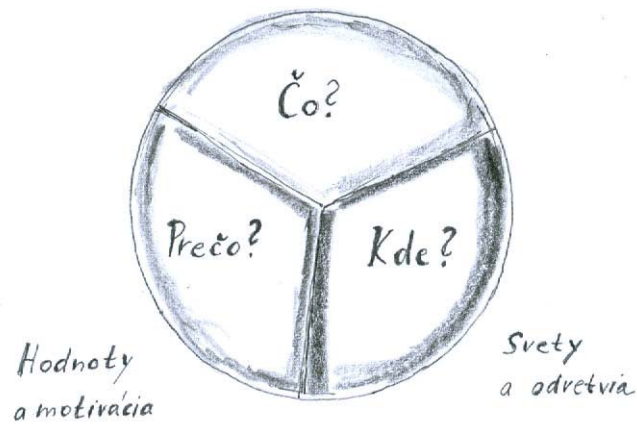
Obr.3 Váš pohľad na pracovné miesto

Aby ste si tieto otázky vedeli dobre zodpovedať, musíte ísť hlboko do svojho vnútra, vysporiadať sa s iracionálnymi impulzmi, cvičiť si trpezlivosť a nechať dozrieť vaše poznatky. Pritom vznikajú stále nové otázky:

- Otázka o svetoch, v ktorých sa cítite dobre
- Otázka o tom, čo vás hlboko vo vašom vnútri motivuje
- Otázka o kvalitách, ktoré vo vašom živote hľadáte a s ktorými sa vysporiadavate vo vašich snoch.

Z celkového pohľadu to vyzerá nejak takto:

Činnosť - schopnosti a záľuby



Obr.4 Oblasti, v ktorých sa ukazujú kvality práce

Dostatočne komplikované? Nie, tá vec je samozrejme ešte zložitejšia. Odpovede na tieto otázky predsa nevytvárame vo vzduchoprázdne. Obrazy, predtuchy a predstavy vznikajú vždy vo vzájomnom pôsobení so svetom. Je to ko-kreatívny proces: namiesto toho, aby ste sa pýtali, ako si chcete utvoriť život, by ste si skúšobne mohli položiť otázku, čo chce život od vás. Tým sa dostávame do oblasti povolania.

Povolanie

Povolanie, ako už to slovo napovedá, je niečo, čo k nám pristupuje prinajmenšom s časti z vonku. Nasledujeme volanie. To ukazuje, že sa dostávame do oblasti, kde nevládne naša vôľa.

Napriek tomu má povolanie s nami veľa spoločného. Naše schopnosti, podvedomé postoje, naše doterajšie skúsenosti a náš pôvod nás sformovali. Naša chémia reaguje s požiadavkami sveta a tak vedie k príťažlivosti, pri ktorej nevieme určiť, či pochádza z vonka alebo z vnútra. Keď sa intenzívne zaoberáme tým, čo je pre nás dôležité, dostávame sa skôr či neskôr do rezonancie so svetom. Zrazu si už niesme istí, či sme poháňaní myšlienkou „ja chcem“, alebo nás ženie „to treba“. Možno existuje ešte hlbšia úroveň, kde je možné prežívať tieto dva pohľady ako dve strany jednej mince.

Tým sme sa dostali priamo k téme alchymie: Splynutie protikladov a spojenie vonkajších a vnútorných procesov.

A tak nás priateľsky uvíta pri dverách svojej dielne alchymistka. Necháme sa prostredníctvom nej inšpirovať tisícročia starým učením o vonkajších a vnútorných procesoch zmeny.

Moderné laboratórium

Slobodný človek verí v určenie a v to, že určenie ho potrebuje: ono ho nevedie za ruku, ale očakáva ho; on za ním musí ísť, napriek tomu, že nevie, kde ho nájde. Ale vie, že musí vykročiť s celou svojou bytosťou. Veci sa nebudú diať podľa jeho rozhodnutia; ale to, čo má prísť príde len vtedy, ak sa rozhodne pre to, čo môže chcieť.

Martin Buber, „Ja a Ty“²

Teraz stojíte v pracovni alchymistky a zrejme ste spočiatku v prvom rade zmätení: Predstavovali ste si tmavé laboratórium s destilačným prístrojom, vypaľovacou pecou a inými záhadnými prístrojmi. Očakávali ste, že to tu bude páchnuť sírou a tajomnými látkami. Tešili ste sa na knižnicu so starými zvetranými pergamenmi.

Namiesto toho sa nachádzame vo svetlej, skôr chladnej miestnosti s niekoľkými pohodlnými stoličkami. Je tam malá polica na knihy a v rohu niekoľko hudobných nástrojov. Na stole leží hromada pohľadníc. Ale predovšetkým je tam veľa papierov, pier, flipchartov a posuvných stien. Vlastne to tam vyzerá ako v ateliéri umelkyne.

Samozrejme, že ste sklamaní. Chcete vedieť „kde je laboratórium?“ Alchymistka nás poprosí, aby sme si sadli a ponúkne nám šálku čaju. Potom si tiež sadne a vysvetľuje:

„Alchýmia prešla od čias jej vzniku v Alexandrii dlhou cestou. V časoch rozkvetu arabskej alchýmie už existovali živé obchodné styky s Východom a islamská ríša sa rozprestierala až do Indie. Vďaka tomu sa alchýmia rozšírila v Indii aj Číne. Možno sa tam pôvodne tiež rozvíjala nezávisle. Súčasne existovala v Ázii vznešená kultúra meditácie a práce s telom a robili sa porovnania medzi alchymistickým laboratóriom a psychosomatickým telom. Čoskoro sa z toho vyvinul skôr introvertovaný druh výkladu alchýmie. Ten znovuobjavil koncom 19. storočia C.G. Jung. Pri hľadaní praforiem a koreňov jeho analytickej psychológie skúmal alchymistické texty a objavil v ich rozmanitom jazyku obrazov paralely k snom svojich pacientov a k procesu analýzy.

Laboratóriom modernej alchýmie je teda naše živé telo, ktoré ale presahuje hranice fyzického tela. Patria k nemu aj naše sny, pocity, vzťahy a projekty. Cieľom moderných alchymistických procesov je vytvoriť v tomto laboratóriu látku, ktorá nás bude spájať so svetom. Rozšíreným názvom pre tento alchymistický elixír je „zmysel“.

Fázy procesu

„Naše telo, sny, vzťahy a projekty, ak to všetko patrí k laboratóriu, kde okrem každodenného života je ešte miesto pre alchýmiu?“ pýtate sa oprávnene.

Predtým, ako alchymistka odpovie na vašu otázku, ponorí sa nachvíľu do svojho vnútra, chvíľu vás pozoruje a potom vás varuje pred príliš povrchným pohľadom:

„Alchýmiu považujte za metaforu pre vnútorné procesy zmeny. Procesy majú začiatok a koniec a medzi nimi sú fázy, ktoré nasledujú vlastné zákonitosti. Musíte sa im otvoriť, keď z nich chcete niečo vytážiť. V princípe aj dnes, podobne ako v období začiatkov alchýmie, ide o urýchlenie procesov a o pokus dopomôcť niečomu potenciálne prítomnému k zrelosti a vyjadreniu. Tieto procesy by možno prebiehali aj bez vonkajšej pomoci a vedomej pozornosti, ale alchýmia verí, že sme vyzývaní aktívne sa podieľať na Stvorení a nie len pasívne zmenu strpieť. Zo vzájomnej interakcie medzi odovzdaním sa osudu a tvorivým formovaním sveta vzniká budúcnosť: Elixír života sa v modernej alchýmii nedá naplňať do fliaš. Je to radosť, ktorá vzniká, keď sa podarí proces obnovy.“

Takýto proces obnovy či zmeny má fázy. Alchýmia tu disponuje vďaka svojim skúsenostiam značným poznáním. Pri „Veľkom diele“, OPUS MAGNUM, hovoríme o troch dôležitých fázach, ktoré sú pomenované podľa farieb: čiernenie, bielenie a červenanie.

Čiernenie

Fázu na začiatku práce nazývame „čiernenie“ (NIGREDO). V laboratóriu starých alchymistov pri tom išlo predovšetkým o procesy zanesenia a zakalenia. Na psychologickú úroveň je to chvíľa, kedy si uvedomíme, že staré už nefunguje, že naša vnútorná dynamika sa zastavila. Je to obdobie, v ktorom je pre nás čoraz ťažšie sa motivovať, keďže v našich predstavách o budúcnosti a myšlienkach už nesídli radosť. Staré už nefunguje a nové ešte nie je v dohľade. Možno si to už dlhšie uvedomujete, ale potlačili ste to, vzdorovito ste sa vrhli do práce či osobných projektov a pokúšali ste sa rozptyľovať všemožnými aktivitami.

Preto je NIGREDO vskutku začiatok práce. Je to moment, kedy si priznáte, že to už ďalej takto nejde, chvíľa vedomého pohľadu na to, čo je.

T.S. Eliot veľmi pekne opísal životný pocit tejto fázy vo svojej básni „East Coker“:

*Povedal som svojej duši: buď ticho a čakaj, bez nádeje
Pretože nádej by bola nádejou pre nesprávne veci; čakaj, bez lásky
Pretože láska by bola láska pre nesprávne veci; teraz prichádza čas
dôvery
Ale viera a láska a nádej sú všetky obsiahnuté v čakaní.
Čakaj bez myšlienok, keď ešte nie si pripravený myslieť
Nech sa teda temnota stane svetlom, a ticho tancom.³*

Veľkí básnici všetkých čias z tejto fázy vedeli získať niečo pozitívne: Ospevovali sladkú melanchóliu. Moderný človek má však s týmto stavom ťažkosti. Vo fáze stiahnutia sa sedíme takpovediac na vajciach a dumáme. Svet okolo nás, ktorí kričí po akcii a zábave alebo slúži efektívnosti a zameraniu na cieľ, je našou nevedomosťou a nečinnosťou iritovaný. Temnota bola zatlačená do zakázanej komory a na starostlivo zamknutých dverách stojí: Pozor, neotvárať! Nebezpečenstvo depresie!



Preto je v súčasnosti pre nás ťažké tento stav vnímať ako prvý krok v tvorivom procese nového zorientovania sa.

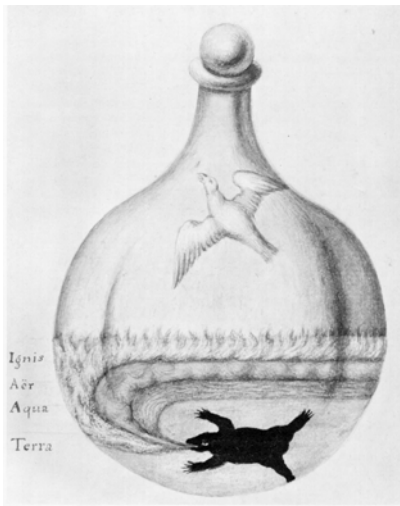
Obrázok 5
Meditujúci alchymista v stave NIGREDA pri začiatku „Veľkého diela“.

Bielenie

Druhú fázu nazývame „bielenie“ (ALBEDO). Alchymisti často chápali ALBEDO za formu očisty a prvý krok k zušľachteniu. K tomu používali techniku destilovania a kondenzovania východzej látky v uzavretom kolobehu.

Je to pekný obraz pre stav, ktorý poznáme všetci: Ako často sa točia naše myšlienky v časoch hľadania nového smerovania v kruhu. Prechádzame nimi znovu a znovu a neustále sa dostávame k rovnakému bodu. Možno jednoducho nevnímame, že sa predmet našich myšlienok pri každom obehu o čosi vyjasňuje.

Keď sa táto ťarcha dostatočne dlho spracuje, vyjasní sa temnota a uvoľní miesto inšpirácii. Teraz sa začínajú vynárať obrazy, ktoré sa dotýkajú hlboko nášho bytia. Ste fascinovaní novými perspektívami a nápadiami.



Obrázok 6

Biela holubica vystupuje zo štyroch elementov. Salamander symbolizuje PRIMA MATERIU. Duch sa oslobodil s tela. So symbolom bielej holubice sa môžeme stretnúť často v súvislosti s procesom bielenia. Prichádza čas inšpirácie.

Tieto obrazy ešte nemajú silu rozhýbať vás k činom, ale cítite, ako sa vo vás niečo povznáša a spája s vesmírom.

Aj tento stav je univerzálny a ospevovaný na celom svete:

Každá hviezda je snom, ktorý sa ligoce v tme.

Každá hviezda je iná, tak ako sú rozdielne naše sny.

Každý pohyb stelesňuje hľadanie, ktoré trvá celý život.

Každý pohyb je iný, ako rozdielne sú aj cesty hľadania.

Možnože jedného dňa, vo vzdialenom prístave, sa naše sny pridajú k nášmu hľadaniu.

Plachti, Boot, plachti

Vezmi nás d'aleko, preč od nás samých,

Až pokiaľ nestretneme neznámu silu,

A tam, na konci našej túžby,

*letí naše srdce a s ním prianie, byť navždy vtákom,
oslobodeným od všetkej vášne.*

Naše srdce letí, letí, hľadajúc to,

*čo sa skrýva za každým pohybom a každým snom
konečne zjednotené v protiklade.*

Červenanie

Tretia fáza sa nazýva „červenanie“ (RUBEDO). V nej sa teplo ďalej stupňuje, až kým vás inšpirujúci obraz spontánne nerozhýbe k aktivite. Teraz stojíte opäť oboma nohami pevne na zemi a konáte. Vaša práca pri tom získala novú jasnosť, vďaka ktorej sa veci urovnávajú akoby sami od seba. Jedna ruža je jedna ruža je jedna ruža...

Tu sa vaše prvé stretnutie s alchymistkou končí. Zamyslení opúšťate jej sídlo a pokúšate sa zaradiť si to, čo povedala k vašim vlastným skúsenostiam.



Obrázok 7

„Oculatus abis“ - „odchádzaš ako ten, ktorému sa otvorili oči“. Proces dospel k svojmu koncu. V pozadí vidieť teraz už nepotrebný nebeský rebrík.

Zážitok noci

Nepoznáte tieto 3 kroky z moderných metód plánovania, ako je napríklad Dieľňa budúcnosti (Zukunftswerkstadt)? Tu sa tieto fázy nazývajú: fáza kritiky, fáza tvorivosti a fáza realizácie. Zrejme je za tým všeobecný vzorec skúseností a viem si predstaviť, že má pôvod v zážitku noci.

Každopádne tento vzorec nachádzam neustále v rozprávaniach mojich klientov:

„V jednej malej dedine v Grécku som už nenašiel nocľah. Bolo leto, dobré počasie, preto bolo najjednoduchším riešením prenocovať vonku. No bol nov a obloha bola zatiahnutá. Noc bola čoraz temnejšia a nepohodlná podložka ako aj neobvyklé zvuky mi nedovolili zaspáť. Zdalo sa, akoby noc nikdy nemala skončiť. Nemal som pri sebe hodinky a tak som sa ponoril do absolútnej bezčasovosti. Tak veľmi som túžil po svitaní! Od istej chvíle som už ani nedúfal, že ešte niekedy vyjde slnko. Samozrejme že som zo skúsenosti vedel, že ráno príde, ale k tomu prislúchajúca istota bola tej noci len ďalekým echom. Moje myšlienky sa neustále točili okolo rovnakej otázky.

Dnes si už presne nepamätám, akým problémom som sa to vtedy zaoberal, isté však je, že tá otázka bola vtedy pre mňa existenciálna. Napokon pomaly a nebadane začalo svitať. Prechod z noci k svitaniu som nedokázal určiť presne. V istom momente bolo znovu možné rozoznať obrysy stromov. Pozvoľna sa vrátili späť farby sveta. Nečakane sa zrazu na horizonte objavil striebristý pás. Zrejme som dokonca upadol do ľahkého spánku.“

Po prebdenej noci prichádza spánok často pri svitaní. Vtedy majú sny špeciálnu kvalitu. Niečo otvárajú a prerážajú neustále opakovanie starého. Ohlasuje sa nový deň. Klient pokračuje v rozprávaní:

„Aj keď som prežil temnú noc beznádeje a svitanie novej inšpirácie, premohol ma východ slnka. S teplom slnka prišiel impulz k aktivite.

V ten deň som uskutočnil zvláštny objav. Pri kontakte s ľuďmi v dedine som si všimol, že sa cez noc všetko akosi zmenilo. Celý svet bol nový! Nuž áno, samozrejme že som si postupne uvedomil, že som to bol ja, kto sa zmenil. Ale napriek tomu, do pamäti sa mi vryla základná skúsenosť: Zmenené bytie znamená aj zmenený svet. Na tú noc spomínam napriek môjmu v zásade triezvemu svetonázoru ako na druh začarovania. Bol to magický moment.“

Iniciačné rituály

Samozrejme že obvykle nemáme ani potuchy, že v takýchto nociach nasledujeme volanie starého zvyku. V mnohých kultúrach existujú rituály, ktoré mladistvým uľahčujú prechod do dospelosti. Základnými otázkami v nich sú: „kto som?“, „čo chcem a čo chce svet odo mňa?“ V mnohých z týchto rituálov trávia mladí ľudia istý čas v divočine, často pritom musia aspoň jednu noc stráviť bez spánku pod holým nebom.

Nasledujúci popis Johna Fire Chromého Jeleňa, Dakotského indiána z Rosebundskej rezervácie sa až neuveriteľne podobá obrazu meditujúceho alchymistu v stave Nigreda.⁵:

„Bol som úplne sám na vrcholku hory. Sedel som tam v jame pre vízie, diere, ktorú vykopalí na kopci, moje ruky a nohy zvinuté k sebe a pozeral som sa na starého Chesta, medicinmana, ktorý ma tam priviedol, ako mizne dolu v údolí... Teraz som bol odkázaný iba na seba, ponechaný sám na kopci na štyri dni a noci bez jedla či vody...“⁶

Dnes znovu nachádzame ponuky, ktoré sa vzťahujú k týmto rituálom. Sformulujte si otázku, ktorá vás skutočne zamestnáva a nájdite si miesto, na ktorom chcete stráviť noc, najlepšie bez spánku. Nasledujúci večer sedíte pri ohni so skupinou rovnako naladených ľudí, ktorí už majú toto dobrodružstvo za sebou, rozprávate svoj príbeh a počúvate druhých, ako oni našli svoje miesto a čo prežili v noci.

Keď všetci pozorne týmto príbehom načúvate a predstavíte si, že druhí nehovoria o „reálnych“ zážitkoch, ale o snoch, prebudíte v sebe tú časť, ktorá je otvorená pre symbolickú rovinu obrazov a zážitkov.

Potom dokážete svoje vlastné zážitky spojiť s vašou pôvodnou otázkou. Ak sa na takúto noc dobre pripravíte, dokáže vám sprostredkovať dojem toho, čo by celkom prakticky mohlo znamenať spojiť sa so svetom a v celistvom obraze, ktorý možno spočiatku vyzerá zmätene a náhodne, objaviť stopu zmyslu.

Prax

Štandardné postupy alchýmie v navigácii pri
hľadaní povolania

Úvod

Pre mňa má práca s ľuďmi v procese zmien veľa spoločného s alchýmiou. Už pár rokov sa zaoberám analógiami a tejto téme som venoval aj svoju absolventskú prácu.⁷

Nechcem tým povedať, že navigácia pri hľadaní povolania je alchýmiou. Okrem toho ani nepoznám nikoho, kto by vedel uspokojivo alchýmiu definovať. Spojenie medzi poradenskou činnosťou a alchymistickým dielom spočíva v tom, že isté štruktúry a procesy, ktoré popisovali alchymisti majú podobnosť so štruktúrami a procesmi, ktoré vidím v práci s ľuďmi v procese zmien.

Samotné zaobchádzanie so symbolmi a analógiami bolo u starých alchymistov značne rozšírené a vďaka tomu sú mnohé z ich textov také inšpiratívne a mnohoznačne interpretovateľné. Samozrejme vznikali aj značne obskúrne traktáty. Myslenie v analógiách je nevyhnutne neostré a k zmysluplným obsahom vedie iba v spojitosti s konkrétnymi skúsenosťami. Alchymisti mali laboratórium, v ktorom boli konfrontovaní so zjavným svetom chemických látok a mohli tak zbierať konkrétne skúsenosti. To im umožňovalo nestratiť sa príliš v hermetických špekuláciách.

V navigácii pri hľadaní povolania je to kontakt s ľuďmi v ich konkrétnych situáciách, ktorý ma vždy vracia ku skúsenosti. Už viac ako 15 rokov sprevádzam ľudí v procesoch pracovných zmien a táto prax je pôdou, na ktorej dozrievajú moje špekulácie o navigácii pri hľadaní povolania ako alchymistickom umení. V mojich kurzoch niekedy využívam obrazy a príbehy z alchymistickej tradície a neustále ma prekvapuje, ako dobre im ľudia, ktorí sú v procesoch zmien rozumejú a aké nápomocné často môžu byť. Ohlas účastníkov kurzov na môj záujem o alchýmiu na napokon priviedol k napísaniu tejto knihy.

V posledných rokoch sa v mojich kurzoch vykryštalizoval štandardný postup s oporou v alchymistickej tradícii. Podobne ako v alchýmii ho však v konkrétnej praxi nikdy nevidíme v jeho čistej podobe. Kto pracuje s ľuďmi vie, aké odlišné sú jednotlivé konkrétne situácie. Takže konkrétne poradenské procesy sa podstatne odchyľujú od toho, čo tu budeme definovať ako štandard. Napriek tomu je pre mňa tento model v praktickej práci cenný. Pýtam sa napríklad, v ktorej fáze sa klient práve nachádza, či ho podporiť, aby ešte chvíľu vydržal tú nevedomosť, či je vhodné ho sprevádzať do snívania alebo či je načase zosilniť istý tlak, ktorý sa často buduje pred procesmi rozhodovania či začatím konania.

V tejto časti knihy popíšem štandardné postupy navigácie v živote a pri hľadaní povolania a vždy ich spojím s obrazmi alchýmie. Znovu sa pritom stretne s fázami NIGREDO, ALBEDO A RUBEDO a prehľbíme ich význam. Najprv sa však budeme venovať prvotnej látke alchýmie, PRIMA MATERIA.

Prima Materia

PRIMA MATERIA je východiskový materiál alchymistického procesu. Niektorí alchymisti predpokladali, že ju môžeme nájsť priamo v prírode. Podľa iných boli pre získanie tejto mýtami opradenej látky potrebné isté permutácie, premeny.

Životopis

C.G. Jung niekedy pralátku nazýval aj „massa confusa“. Je to výstižné pomenovanie stavu, v ktorom sa nachádza niekto, kto začal premýšľať o svojej kariére. Doterajší život je látka, ktorú v navigácii v živote a pri hľadaní povolania spracúvame. Ale na začiatku je všetko zmiešané a neostre a nevidíme žiadnu červenú niť, za ktorou by sme mohli kráčať.

Alchymistka nás upozorňuje, že začiatok tohto procesu môže byť veľmi ťažký. V prvej fáze sa zaoberáme našim doterajším životom a vzorcami, ktoré v ňom môžeme nájsť. Bez pocitu nespokojnosti by sa asi sotva niekto prišiel poradiť. Práca na vlastnom životopise môže byť bolestná. Spoznávame veci, ktoré sa nám nepáčia. Pre alchymistku je toto trápenie v začiatkoch dobrým znamením. Ukazuje, že sa proces pohol a že zmena bude možno väčšia a zásadnejšia, než môžeme tušiť.

Rozhovor

Konkrétnu poradenskú prácu v tejto fáze začínam často rozhovorom. Otázky majú jednoduchú štruktúru:

- Čo ste robili? (vzdelanie, pracovné miesta, iné dôležité udalosti ako napríklad pobyt v zahraničí, sobáš, deti atď.)
- Prečo ste sa rozhodli pre túto vec?
- Aké dlhodobejšie plány za tým boli?
- Aké predstavy/očakávania ste mali, keď ste sa pre to rozhodli?
- Aké to bolo potom v skutočnosti?
- Ako sa v priebehu času vaše dlhodobejšie predstavy/plány menili?

Na druhej strane sa otázky vzťahujú aj k tomu, čo ste vo vašom živote *neurobili*:

- Aké kroky mohli byť z vnútornej logiky vášho životopisu možné?
- Aké vidíte dôvody, že váš vývoj na týchto bodoch nabral iné smerovanie?

Mnoho ľudí má pri takomto rozhovore skúsenosť, že vlastne ani presne nevedia, aký zámer bol za ich rozhodnutiami. Mnohé sa zdá byť náhodné a neúplné.

- Je tu muž, ktorý absolvoval vzdelanie iba preto, že tým mohol navštevovať školu zo svojím najlepším priateľom.

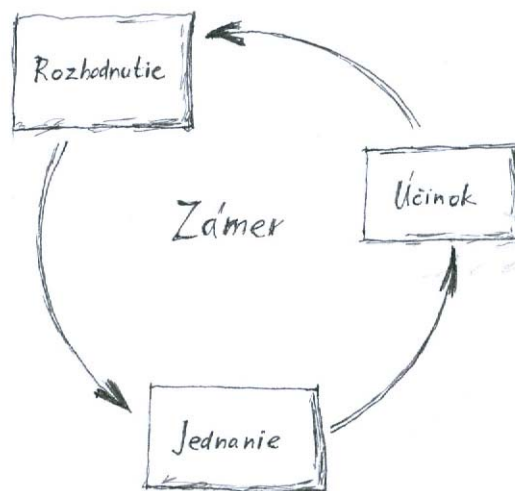
- Je tu študentka umenia, ktorá odíde z pôvodnej školy, aby sa stala učiteľkou, pretože je to povolanie s množstvom prázdnin.
- Je tu človek, ktorý si vybral štúdium hneď na prvom mieste, kde mohol šnupať.

Zámer

Bolo by možné, že práve náš zámer, niečo také osobné a intímne uniká nášmu vedomiu, či dokonca našej vôli? Myslím, že áno. Intencia je príliš komplexná na to, aby sme ju mohli kontrolovať. Je zložená z toho, čo chceme, a často predsa v našej hrudi bije viac duší - z toho, čo nás obklopuje a zo starých vzorcov, ktoré si uvedomujeme len z časti.

To však neznamená, že náš zámer nedokážeme rozpoznať a ovplyvniť. Podobne ako nedopustíme, aby si voči nám naši priatelia, kolegovia a nadriadení dovolili všetko, tak by sme to nemali dovoliť ani našim automaticky prebiehajúcim vzorcom.

Zmeniť však môžem len to, čo poznám. Preto musíme nejako nášmu zámeru prejsť cez rozum. Bude to pre nás jednoduchšie, ak budeme za súčasť nášho zámeru považovať nielen naše rozhodnutia, ale aj naše činy a ich dôsledky.



Obrázok 8. Kruh zámeru

Do akej miery je pre vás možné prevziať zodpovednosť za tento okruh?

Vo vašom živote boli vzorce, ktoré sa opakovali. Udalosti, ktoré majú podobnú štruktúru. Tieto veci môžete zaradiť do kruhu zámeru. Vznikli z vašich rozhodnutí, činov alebo dôsledkov vašich činov. Mohli by mať tiež niečo spoločné so spôsobom, akým žijete váš život. Iné udalosti boli jedinečné. Sú skôr prchavej povahy a pre takéto uvažovanie o vašom živote majú menší význam.

Považujte to za prvý alchymistický experiment. Uvoľnite z látky vášho života „prchavé“ časti, náhodu. Sústreďte sa jednoducho len na kruh zámeru. Čo potom ostane, je váš zámer. On určuje pravidlá, na základe

ktorých hráte svoj život. Je možné, že sa vám nebude páčiť všetko, čo nájdete. Náš zámer nie je automaticky konštruktívny. Vo veľkej miere je produktom našej výchovy a teda aj nášho pôvodu.

Obuvník, drž sa svojho kopyta

Náš pôvod nás formuje. Deti z rodín akademikov sa len málokedy stanú remeselníkmi a deti z remeselníckej rodiny len zriedkavo akademikmi. Ak bol jediným umelcom vo vašej rodine prepitý prastrýc, ktorý fidlikal na husliach v krčmách, aby si zarobil na pálenku - teda čierna ovca rodiny - budete zrejme cítiť neviditeľný múr, ak sa začnete zaujímať o kariéru umelca.

Preto je užitočné sa pri navigácii pri hľadaní povolania zaoberať aj vašou rodinou a pôvodom. Ako dobre poznáte vašich predkov a aké svety im boli blízke? Aký postoj mali vaši rodičia voči práci? Bola vnímaná ako nevyhnutné zlo? Išlo o to prispôbiť sa bez kladenia otázok? Považovalo sa za prácu len to, čo vyžaduje telesnú námahu? Alebo sa rátala len duševná činnosť?

Tieto hodnoty a predstavy môžeme podrobiť kritickej skúške. Ak nám nepomáhajú zlepšiť náš život, ocitneme sa uprostred vnútorného dialógu s našimi predkami. V mnohých kultúrach sú predkovia uctievaní a pri dôležitých rozhodnutiach ich ľudia prosia o radu, no rovnako sa ich aj boja, chlácholía ich, prehovárajú a niekedy aj snažia oklamať.

Driemajúci potenciál

Látka, ktorú sme po tomto prvom experimente získali sa musí spracovať ďalej. Preto sa teraz budeme sústrediť na látku v nás, ktorá určuje hodnoty, pre ktoré sa oplatí žiť. Alchymisti vychádzajú z toho, že takáto látka existuje dokonca aj v hmote: v PRIMA MATERII drieme potenciál zlata.

Príbeh o indiánovi a cvrčkovi

Jeden indián, ktorý býval v rezervácii ďaleko od najbližšieho mesta navštívil po prvý krát svojho bieleho brata v hlavnom meste. Bol veľmi zmätený z množstva hluku, zmätku a zápachu v uliciach. Keď sa tak prechádzali po obchodnej ulici s veľkými oknami, indián sa zrazu zastavil a načúval. „Čo ti je?“ spýtal sa ho jeho priateľ. „Niekde počujem cvrlikať cvrčka“ odpovedal indián. „To nie je možné“, smial sa beloch. „Po prvé tu v meste žiadni cvrčkovia nie sú a po druhé by ich zvuk v tomto hluku zanikol.“ Indián sa však nenechal zmiast a nasledoval cvrlikanie. Prišli k staršiemu domu, ktorého stena bola celá pokrytá brečtanom. Indián poodkryl listie a skutočne: sedel tam veľký cvrček. „No vy indiáni máte jednoducho oveľa lepší sluch,“ povedal beloch, ako kráčali ďalej. „Nezmysel“, oponoval jeho priateľ z vidieka. „Dokážem ti opak“. Vzal zo svojho vrečka malú mincu a hodil ju na zem. Ozvalo sa tiché „Pling“. Dokonca aj niektorí okoloidúci vzdialení vyše desať metrov sa hneď otočili

a pozreli sa smerom, z ktorého ten zvuk počuli. „Vidiš, priateľ môj, nezávisí to od sluchu. To, čo dokážeme či nedokážeme vnímať závisí výhradne na smere našej pozornosti. To, čo počuješ vypovedá viac o tom, kto si, než o tom, čo ťa obklopuje.“

Zrejme ste pri doterajšej analýze svojho životopisu narazili na niektoré ideály, ktoré ste viac či menej vedome nasledovali. Môžete ich rozšíriť a preveriť, či sa jednoducho nestali len zvykom, alebo či stále určujú aktívne orientačné body.

Ako to môžete preveriť? Najjednoduchšie sa to dá pomocou vášho pocitu v tele. Samozrejme že neviem, aký máte pocit, keď sa dostanete do kontaktu s niečím, čo je pre vás nabité pozitívne. To nie je ani dôležité, pretože vy sami to veľmi dobre viete. Mnohí ľudia to popisujú ako pocit „rozšírenia“, iní hovoria o „pocite v žalúdku“ alebo o „energii“, ktorá pulzuje v chrbtici. Keď ste zaľúbení, cítite niečo podobné.

Záľuby a schopnosti

Na začatie alchymistického diela sú potrebné ďalšie prísady: Potrebujete predbežné odpovede na otázku, ako chcete pracovať. Predbežnými mám na mysli to, že v tejto fáze nemusíte mať žiadnu presnú predstavu. Stačia prvé rýchlo nadhodené domnienky, bláznivé nápady a banálne zistenia.

Otázka ČO? v oblasti práce sa vzťahuje na činnosti, ktoré robíte radi a dobre. Záľuby a schopnosti pritom zahŕňam do jedného bodu, čo má svoje dôvody. Čím viac sme starší, tým viac sa zvyčajne naše záľuby a schopnosti spájajú neoddeliteľným vláknom: Keď robíme niečo radi, budeme to isto robiť aj často. Je veľká pravdepodobnosť, že sa v tom, čo robíme často staneme dobrými. Na druhej strane v tom, čo nám ide ľahko, tiež ľahko nachádzame záľubu.

Je ťažké odpovedať na otázku o našich schopnostiach a záľubách. Nie že by sme ich nepoznali. Sú nám však často také blízke, také samozrejmé, že ich ani nerozpoznáme. Možnože si ani raz nevšimneme, že keď ich používame, jedná sa o skutočnú „prácu“.

Jabloň nebude „produkcii“ jablák prežívať ako prácu. Ich plodenie je jednoducho prirodzeným vyjadrením jej bytia. Ale ak by sa s námahou a bez nejakého väčšieho úspechu pokúšala vyrábať broskyne, mala by určite pocítiť ťažkej driny.

Taxikár ako liečiteľ

Zurišský taxikár po prekonaní ťažkej choroby spozoroval prekvapivú vec: keď do jeho taxíka nastúpil klient, mal často jasný pocit, s akými zdravotnými ťažkosťami daný človek zápasí. Tento pocit bol tiež spojený s veľkým súcitom, dokonca láskou k svojim pasažierom.

Náš taxikár túto novú „činnosť“ ignoroval. Nepovažoval intuitívnu medicínsku diagnózu za formu práce.

Jedného dňa zistil, že mal pasažierov, ktorí s ním len jazdili dookola. Keď sa ich nakoniec spýtal, čo ich k tomu vedie, povedali

mu, že sa vždy potom, čo sedeli v jeho taxiku, cítia po zdravotnej stránke lepšie.

Ešte chvíľu trvalo, kým taxikár pochopil, že našiel svoje nové povolanie a vymenil miesto vodiča za prax liečiteľa v Appenzelli.

Pri vyratúvaní vašich schopností a odpovedaní na otázky, čo naozaj dobre zvládáte na vás striehnu dve pasce. Prvá: Ostanete zaseknutí u všeobecností. Dve z troch osôb o sebe hovoria, že sú dobrí v „organizovaní“, alebo že „radi pracujú s ľuďmi“. Tieto vyjadrenia sú také všeobecné, že majú len malú informačnú hodnotu. Čo radi organizujete a ako dobre to organizujete? Takýmito spresňujúcimi otázkami sa stanú všeobecné vyjadrenia jasnejšie. Druhou pascou je definovať schopnosti príliš úzko. Kto sa identifikuje s tým, že je dobrý v programovaní C++, bude mať ťažké si predstaviť činnosť mimo úzko profilovanej oblasti EDV.

Záľuby a schopnosti sú oblasťou pracovného koučingu, ku ktorej existuje najviac literatúry, dotazníkov a testov.⁸ Preto na tomto mieste predstavím len pár jednoduchých prístupov, ktoré sa mi v mojej poradni osvedčili.

Spätná väzba

Čo by ste povedali na to začať zoznamom vecí, ktoré dokážete spraviť bez toho, že by ste si toho boli vedomí. Je zmysluplné sa na to spýtať svojich priateľov a kolegov v práci. Samozrejme nie je ľahké získať úprimné odpovede. Možno že aj dobrí priatelia budú potrebovať chvíľu, aby pochopili, čo presne od nich chcete vedieť.

Rozprávanie príbehov

Užitočnú metódu odporúča Bolles.⁹ Vo svojich kurzoch rozsadí ľudí do trojíc, pričom sa medzi sebou nepoznajú a nechá ich, nech jeden za druhým porozprávajú príbehy k zážitkom, ktoré ich priviedli k aktivite. Druhí dvaja členovia skupiny pozorne počúvajú a pokúšajú sa z príbehu vydolovať špeciálne schopnosti. Pri vašom štvrtom či piatom príbehu sa začne vynárať vzorec. Narazíte pritom na kompetencie, ktoré môžete preniesť aj do iných oblastí.

Učiť sa lietať

Jedna žena líčila v trojici nasledovný zážitok: Naučila sa lietať vetroňom a bola na svojom prvom lete bez inštruktora. Pri štarte počula čudný zvuk, ktorý si nevedela zaradiť, preto radšej ihneď pristála. Vyšlo najavo, že pri štarte sa nezasunulo pomocné koleso. Tým vetroň získal nesprávne ťažisko a takto letieť by mohlo byť veľmi nebezpečné.

Dvaja poslucháči z tohto príbehu odvodili najrozličnejšie schopnosti:

- *Schopnosť dokázať sa pod tlakom rýchlo rozhodnúť*

- *Lietanie je svet, v ktorom dominujú muži*
- *Vojst' do tohto sveta ako žena vyžaduje odvahu*
- *Udržať sa v ňom vyžaduje schopnosť sa presadiť*
- *Schopnosť reagovať, keď ste odkázaní len na seba a nespanikáriť*

Skupina sa zhodla na tom, že sa tu ukazuje rad kvalít, ktoré majú niečo spoločné s oblasťou riadenia. A vskutku, tá žena naozaj do budúcnosti koketovala s profesiou v tejto oblasti.

Životná skúsenosť

Práve v prelomových obdobiach sme väčšinou zneistení a strácame dôveru v kvalitu nášho doterajšieho „vzdelania“. Neučíme sa predsa len v organizovaných súvislostiach, v školách s učebnými plánmi a diplomami. Sedemdesiat percent nášho poznania a schopností získavame mimo týchto inštitúcií. V poradenstve často stretávam napríklad ženy, ktoré boli niekoľko rokov „len“ matky a gazdiné:

- *Čo ste v posledných rokoch robili?*
- *Nič.*
- *Nerobiť niekoľko rokov nič je podľa mňa dosť ťažké.*
- *Bola som doma a starala som sa o deti.*
- *Porozprávajte mi trochu o vašich skúsenostiach, ktoré ste mali s deťmi. O ťažkých aj pekných momentoch.*

Mnohé matky si ešte aj v dnešnej dobe neuvedomujú, aké kvality si v tejto sedem dní v týždni a 18 hodín denne prebiehajúcej opatrovnickej aktivite vytvorili:

- schopnosť vcítiť sa
- umenie motivácie
- improvizácia
- riešenie komplexných logistických problémov
- mediácia
- ošetrovanie chorých
- vytváranie atmosféry
- neverbálna komunikácia
- atď.

Táto neistota žien samozrejme odzrkadľuje - tak ako doteraz - nízku spoločenskú prestíž výchovy detí.

Vzdelávací výbor

Tí, ktorí chcú byť majstri, začínajú cvičiť už v rannej mladosti. U hudobných virtuózov vychádzame z toho, že ich vzdelanie začína už v 4 či 5 rokoch. Ale neplatí to v nejakej podobe pre nás všetkých? Naše ranné a často bolestivé zážitky neponúkajú len témy pre neskoršiu psychoterapiu, sú aj surovinou pre naše celkom špecifické schopnosti.

Na tomto mieste vám chcem ponúknuť jeden experiment: Predstavte si, že váš celý doterajší život bol jedným dobre organizovaným vzdelávaním. Nevieme, kto tento vzdelávací program pre vás zostavil a nemáme ani potuchy, pre aké úlohy vás váš výbor chce pripraviť. Pritom neberieme do úvahy len konvenčné školské vzdelania, ale aj všetky ostatné výzvy, pred ktorými ste vo vašom živote stáli: rodinné situácie, rany osudu, drámy, choroby atď.

Ak sa vám podarí aspoň na moment pozerat' sa na váš životopis očami tohto fiktívneho vzdelávacieho výboru, získate možno prekvapivé odpovede na niektoré doteraz ťažko stráviteľné udalosti.

Silné a slabé stránky

Kto začne s poradenstvom pri hľadaní povolania, chce najčastejšie zistiť viac o svojich silných a slabých stránkach. Koniec - koncov je to skoro vždy jedna z najobávanejších otázok pri uchádzaní sa o miesto. K tomu najprv jedna dobrá správa: Neexistujú žiadne slabé stránky. A tá zlá správa: Neexistujú ani silné stránky.

Máme schopnosti, záľuby a kvality. Či sa pritom jedná o výhody či nevýhody môžeme posúdiť až z kontextu. Sila slona sa dobre uplatňuje pri prácach v džungli. V obchode s porcelánom by sme ho ako predavača radšej nechceli.

Neexistuje žiadna záľuba, ktorá nemôže pôsobiť v istých situáciách katastrofálne. V nejakých iných môže byť skvelá. Preto je pri premýšľaní o našich schopnostiach a kvalitách zmysluplné odložiť moralizátorské okuliare. Tie časti nás, ktoré popierame, sa istotne prederú do popredia práve v tom najnevhodnejšom momente a v danom kontexte budú vnímané ako slabiny, na základe čoho ich budeme chcieť ešte menej - je to začarovaný kruh.

Svety

Práca nepozostáva len z činností, ktoré vykonávame, ale z veľkej časti je definovaná aj cez svet, v ktorom túto činnosť vykonávame.

Čašník

V mladosti som viac ako dva roky pracoval v reštaurácii. Servíroval nápoje, pomáhal v kuchyni, čistil záchody atď. To že som bol na tom mieste tak dlho spokojný malo tri dôvody, ktoré všetky navzájom súviseli:

- *Reštaurácia bola súčasťou kultúrneho centra*
- *Bol to súkromný podnik*
- *Väčšina mojich kolegov a kolegýň tam boli tiež z vyššie spomenutých dôvodov. Tým pádom som pracoval s ľuďmi, ktorí napriek všetkej tej rozdielnosti vyznávali podobné hodnoty.*

Pri plánovaní zmeny nášho pracovného miesta venujeme často málo pozornosti svetom, v ktorých sa cítime dobre. Ale čo konkrétne je svet?

Svet je zmyslový životný priestor. Keď má niekto rád napríklad letisko, bude ho milovať ako celok: medzinárodnú atmosféru, veľké haly s lesknúcou sa podlahou, zápach nafty, formálnu profesionalitu, lietadlá, zvuky atď.

Prevádzková klíma nejakého miesta, architektúra, spolupracovníci, osobitý štýl... to všetko je dôležité pri otázke, či sa na danom mieste cítite dobre alebo nie. Väčšina ľudí strávi veľkú časť svojho života na rovnakom pracovnom mieste. Máte právo hľadať si svet, v ktorom sa cítite dobre. Keďže existuje nespočetne veľa svetov, šanca nájsť ten správny pre vás je veľká!

Výhľad

Takže, doteraz sme sa v kontexte práce zaoberali v prvom rade otázkami ČO?, KDE? a PREČO? Tento materiál budeme v ďalšej kapitole ďalej spracovávať. Možnože ste si všimli, že sme ešte nehovorili o otázke AKO?, o kvalitách. Do istej miery sú destilátom spomenutých troch oblastí. Aby sme však dokázali túto esenciu vyrobiť, budeme musieť vykonať v laboratóriu alchymistky ešte zopár krokov.

Nigredo - Sedenie na vajciach

To, čo tu však zarmútená duša prežíva najbolestivejšie je myšlienka, že ju podľa všetkého Boh zavrhol a zvrhol ako opovrhnutia hodnú bytosť do temnôt. A táto viera, že ju Boh opustil, jej spôsobuje nesmierne ťažké, súcit vzbudzujúce muky a hrozný strach, že to tak zrejme ostane navždy. Duša sa cíti uvrhnutá do nešťastia, do biedy jej nedokonalosti, do vyprahnutosti, do úplnej bezmocnosti vôbec si niečo vďaka duševným silám predstaviť a do temnej osamelosti ducha.

Ján z Kríža, *Temná noc*¹⁰

Práca, ktorú ste zvládli v poslednej kapitole bola dôležitou prípravou. Rozprestrelí ste si pred sebou svoj život. V najlepšom prípade to postačí. Prezriete si to rozostavenie a intuitívne viete, ako by mohol vyzerat' váš ďalší krok. Cítite potrebnú túžbu po činnosti a ihneď sa vydáte na cestu. V takom prípade ste sa zrejme už s danými otázkami zaoberali dlhší čas. Vaše vnútorné napätie potrebovalo už len malý impulz, aby prešlo do akcie.

Pravdepodobnejšie však je, že teraz stojíte pred nazbieranými informáciami a neisto sa pýtate sami seba: Nuž áno, teraz to všetko viem. Ale čo prosím pekne s tým mám robiť? Práve vtedy, keď cítime, že „niečo“ ešte nedozrelo, chceli by sme konkrétne recepty a jasné návody pre ďalšie kroky. Ale alchymistka vám odporúča najprv nazrieť do svojho vnútra. Dáva vám radu posadiť sa a jednoducho vnímať to, čo je. Bez myšlienok na budúcnosť, bez nadšenia. Vysvetľuje vám, že by ste sa len príliš rýchlo zamotali do siete impulzov a že teraz ide najprv o to nereagovať, kým sa dostatočne zreteľne nezjaví niečo nové.

Tu prichádzame k ďalšiemu spôsobu výkladu PRIMA MATERIE. Alchymisti ju opisovali tiež ako pralátku, z ktorej vzniká všetko ďalšie. Je to látka, ktorá sama o sebe nemá žiadne vlastnosti, ale nesie v sebe potenciál stať sa čímkoľvek. Ak vytvoríme správne podmienky, aj zlatom. Kov, s ktorým začala alchymistka pracovať musel najprv „zomrieť“. Musel stratiť všetky vlastnosti: Stáva sa čiernou matnou škvarou. V metalurgii sa predstava látky, ktorú môžeme premeniť na čokoľvek ukázala byť chybnou. V živých procesoch má však táto myšlienka svoje opodstatnenie.¹¹ A ako je to u vás? Som si istý, že aj váš potenciál je nesmierny. Keď prichádza na svet dieťa, nie je žiadna možnosť predvídať, v akú osobnosť sa vyvinie a čo vo svete vykoná.¹² Samozrejme že nás prostredie formuje. Napriek tomu nie je možné predpovedať, ako budú naša povaha a prostredie spolu interagovať. Možno sa pri tom utvárame menej tým, čo robíme, než tým, čoho sa vzdávame, aby sme dali priestor rozvoju.¹³ V jednom jedinom živote nie je možné vyčerpať všetok potenciál, ktorý vo vás je. Umenie spočíva v tom nechať rozvinúť to, čo vás hlboko vnútri oslovuje. K tomu sa však musíte vzdať časti vašich možností. Výborné je, ak pri tom nestratíte kontakt s vašim pôvodným potenciálom, vašim vnútorným bohatstvom.

V poradni neustále stretávam ľudí, ktorí majú problém vzdať sa niektorých možností. Robia raz to, raz ono, ale nikdy neostávajú pri nejakej téme dostatočne dlho a často sa kritizujú za to, že v živote nič nedosiahli. Zotrvávanie v potenciáli sťažuje život v realite. Pre týchto ľudí je

nápomocné spojiť ich ešte viac s ich základným potenciálom a dať im tak dôveru, že keď sa vo vonkajšom svete trochu obmedzia, ich vnútorné bohatstvo sa nerozplynie.¹⁴

Niektorí ľudia však majú opačný problém. Spomienku na veľký potenciál, ktorý v nich sídli stratili. Niečo si vybudovali, a to niečo sa stalo predstavou, že toto sú oni. Možno je v tomto bode potrebný nejaký šok, aby sa dané štruktúry otriasli natoľko, že potenciál začne z pozadia znovu žiariť. Niekedy môže rana osudu, ako napríklad nečakaná výpoveď, byť vskutku požehnaním a uviesť znovu život do pohybu.

Pec

Jednou z najdôležitejších pomôcok alchymistov bola pec. V nej sa spracovávali látky uložené väčšinou v hermeticky uzavretých nádobách dlhšiu dobu pri stálej teplote. Veľká to výzva, najmä keď bolo pri vtedajších možnostiach dosť ťažké udržať dlhší čas stabilnú teplotu. Okrem toho nebolo adeptom jedno, odkiaľ teplo pochádza. Páľava ohňa mala na látku iný účinok než plynulé teplo, ktoré sa vytvára v hnojisku. Na telesnú teplotu reagovala hmota tiež inak než na slnečné lúče.

U alchymistov bola rozšírená predstava, že existuje niečo ako „zárodok zlata“ alebo „zlaté spermie“, ktoré možno zaviesť do lona menej ušľachtilých kovov alebo tam už od prírody sú. Možno sa zlato dalo tak povediac vysediť. Pec bola niečo podobné ako vajce či maternica, v ktorej mohlo to nové dozrievať.

Aj my sme naplnili „pec“ materiálom, ktorý sme získali v predošlej kapitole. Teraz prichádza čas NIGREDA - sedenia na vajci. Alchymistka vám radí dobre dbať na udržiavanie správnej teploty. Ak bude teplota príliš veľká, zárodok nového zničíte, ak bude slabá, žiaden proces neprebehne.

Posad' sa

Pri zastavení sa a tichom vnímaní toho, čo je sa môžeme dostať do stavu, v ktorom získame jasno ohľadom našich vzorcov a impulzov. Toto vyprázdnenie sa môže byť popisované tiež ako umieranie. Zenový majster Deshimaru, ktorý dlho pôsobil vo Francúzsku, hovorí v súvislosti s meditáciou o „zostupe do hrobu“. Takýto obraz by mohol pochádzať tiež od alchymistu.



Obrázok 9
Slnko a mesiac (Sol a Luna) ako kráľ
a kráľovná v stave čierenia alebo aj

„mortificatio“. Po zasnúbení sú pochovaní a čakajú, kedy ich Duch života znovu obdarí dušou.

Sedieť

Jeden z najlepších stručných opisov meditácie som našiel u Ádžana Ča: Hovorí „posad' sa“, a myslí tým začiatok duchovnej praxe: „Jednoducho vojdí do miestnosti a postav do stredu stoličku. Posad' sa, otvor dvere a okná a sleduj, kto ťa príde navštíviť. Uvidíš všetky možné scény, všetkých možných hercov a príbehy. Nemusíš robiť nič viac než len jednoducho ostať sedieť na svojom mieste. Budeš vidieť všetko prichádzať a odchádzať a z toho vzíde porozumenie a jasnosť.“¹⁵

Ak sa nám podarí dostatočne dlho PRIMA MATERIU „povariť“, odhalí nám svoje tajomstvá.



Obrázok 10

Telo je varené v kotli, až kým z neho nevystúpi duch, ktorého reprezentuje biela holubica.

Aj v západnej alchýmii bola meditácia dôležitou súčasťou diela. Adepti pritom brali do úvahy svoje telesné vnemy a vízie, či denné sny, ktoré prijímali počas dlhých hodín práce vo zväčša tmavých laboratóriách.

Netrpezlivosť a ťažoba

Alchymisti nemali ešte k hmote žiaden prírodovedecký prístup. Ich poznatky boli odvodené zo špekulácií gréckych prírodných filozofov. Všetky kovy podľa nich patrili do jednej rodiny a ak sa našiel spôsob ako meniť ich vlastnosti, mohli sa navzájom meniť jeden na druhý. „Zlatom“ sa mohol stať ktorýkoľvek kov, ktorý mal približne rovnakú hmotnosť, farbu

a lesk. To bol isto jeden z dôvodov, prečo sa sen o „výrobe zlata“ dokázal udržať stáročia. Adeptom sa skutočne podarilo s im dostupnými možnosťami vyrobiť zlatu podobné kovové zlúčeniny. Bohužiaľ však väčšinou už po niekoľkých hodinách stratili svoj lesk, „zlato“ zoxidovalo a vrátilo sa späť do tmavého stavu.

Predstavte si, že netušíte nič o modernej chémii a hľadáte možnosť, ako vyrobiť zlato. Možno by ste experimentovali s olovom. Predsa len je to kov skoro rovnako ťažký a mäkký ako zlato. Čo chýba je žltá farba a lesk: Vo svete alchymistov olovu chýbala kvalita slnka. Ak by bolo možné preniesť ju na olovo, možno by pri tom vzniklo zlato.

Že sa nestane nič, ak kus olova dáme na slnko bolo jasné aj starým alchymistom. Možno v hĺbke zeme by olovená ruda pomaly dozrela na zlato, ak v nej driemali kúsky zlata. To však trvá večnosť a možno že existuje aj rýchlejší postup. V alchymistickej dielni sa pokúšali pomalé procesy prírody urýchliť. Z pohľadu prírodovedca je to samozrejme nezmysel. Znovu sa ukazuje, že myšlienky alchymistov sú použiteľné skôr pre živé než neživé procesy hmoty. Rast rastlín závisí od ich prostredia a tiež ľudské vývinové procesy sa dajú s pomocou vedomia urýchliť.

Ale naspäť do laboratória: Čo keby sa slnečná kvalita dala získať zmesou kovov? Ktorý materiál zodpovedá ohňu, slnku? Samozrejme že síra. Je žltá, ľahko horí a keď zem chŕli oheň, tiež je v hre vždy síra. V olove a síre máme skutočne dve látky, ktoré alchymisti niekedy používali ako východiskový materiál pre ich pokusy.

Čomu zodpovedajú tieto kvality vo svete alegórií? Stretávame sa s nimi aj v navigácii pri hľadaní povolania? Olovu zodpovedá ťažoba. Hovoríme napríklad o olovenej únave. Síre (Sulphur) zodpovedá slnko, ale aj plápolajúci všetko stravujúci oheň - netrpezlivosť.

Tieto dva prvky môžeme nájsť u mnohých ľudí, s ktorými som sa stretol v navigácii v živote a pri hľadaní povolania. Tiaž sama o sebe by niekoho možno doviedla skôr k lekárovi: „Pán doktor, už nejaký čas trpím nevysvetliteľnou únavou. Možno som chorý. Prosím dôkladne ma vyšetríte.“ Netrpezlivosť sama o sebe nás ženie do nepremyslených činností. Chýba trpezlivosť, ktorá je potrebná k čakaniu na poradenský termín.

Ale netrpezlivosť a ťažoba spolu vytvárajú nebezpečnú zmes. V laboratóriu alchymistky vznikajú pri pokusoch tieto dva prvky spojiť jedovaté výpary, „ktoré zatemňujú slnko.“¹⁶

Zúfalstvo

Keď sa zmiešajú netrpezlivosť s ťažobou, vzniká zúfalstvo.

Alchymistka je spokojná s tým, čo vidí. Vie, že sa látka v prvej fáze musí premeniť na tupú, čiernu amorfnú masu: PRIMA MATERIUM. Adeptka je aj napriek zúfalstvu plná dôvery, že je na správnej ceste...

Samozrejme že zúfalstvo nie je žiadny konečný stav. V najhoršom prípade sa stáva chronickým napätím, v ktorom už pôvodnú energiu nevidíme. Preto rada alchymistky znie: Ponor sa do toho stavu. Vykrič to zúfalstvo. Vyspievaj ho z duše. Vytancuj ho z tela: Vyjadri ho!

Dopomôcť zúfalstvu k vyjadreniu

Jedna účastníčka kurzu mala dobré nápady a pekné plány. Lenže jej životná realita bola od toho sveta na míle vzdialená. Postavili sme jej „snový svet“ v zadnej časti pódia. Potom sme na druhej strane postavili jej realitu života. Viackrát sa medzi týmito svetmi poprechádzala. Na pódii síce kroky dokázala robiť, ale nemala žiaden pocit či predstavu, akoby mohli vyzerat' v reálnom živote. Napriek tomu mala jej vízia silu, nedokázala sa svojich snov len tak vzdať. Zo všetkých strán sme hľadali nejaké možnosti. Zdalo sa, že nič nezaberá.

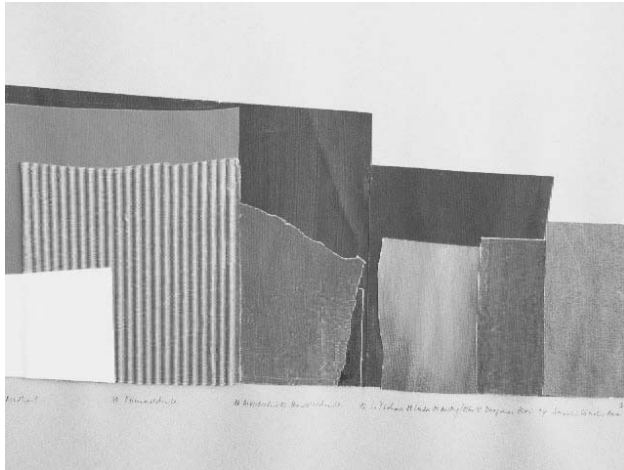
Po nejakej dobe som sa postavil vedľa nej a pokúšal som sa vcítiť do toho, čo sa v nej deje. Vnimal som veľa energie a v hrdle sa mi spravila hrča. Kam len preboha so všetkou tou silou, ktorá chcela ísť von?

Začal som tento pocit vyjadrovať. Kmásal som si vlasy, dupal do zeme a nadával na nespravodlivosť sveta. Popri tom som ju pozorne sledoval a bol som zvedavý, ako na to zareaguje.¹⁷ Celá žiarila a pokukovala po mne, tak som ju vyzval, aby sa pridala. Tak sme chvíľu nadávali a hnevali sa spoločne. Ľudia naokolo nás začali povzbudzovať a zapadli do nášho lamentovania ako antický chór. Tá žena teraz začala hnevľivo a neústupne kráčať smerom k jej snovému svetu. Oheň si našiel svoje vyjadrenie. Už v pondelok po kurze začala svoj starý svet meniť a uskutočňovať idej, ktoré mala v sebe už dlho. Mala teraz dostatok energie, aby mohla čeliť mnohým vnútorným aj vonkajším prekážkam. Skupina účastníkov aj zúfalstvo jej zrejme poskytli potrebnú silu.

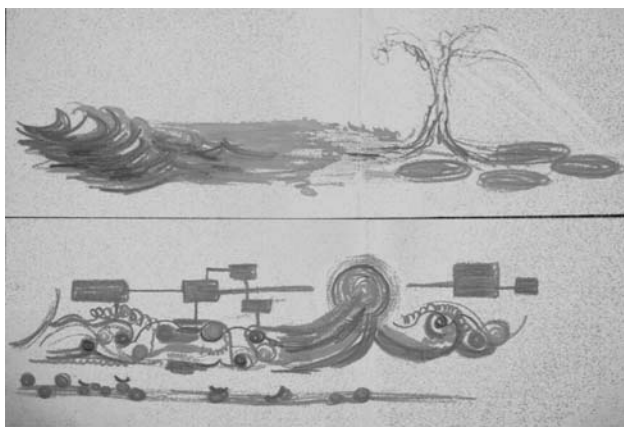
Nie všetci ľudia reagujú tak expresívne. Popri tanci a krikú existujú aj introvertované formy výrazu. Peknou metódou je maľovanie nášho životopisu.



Obrázok 11
Maľovaný životopis



Obrázok 12
Maľovaný životopis



Obrázok 13
Maľovaný životopis

Kto pracuje rád vonku, môže pre vytvorenie životopisov použiť aj materiály, ktoré nám ponúka príroda a vyhotoviť diela z kameňov, konárov, piesku atď.



Obrázok 14
Životopis z vecí
nájdených v prírode

Protiklady v dialógu

Problémom PRIMA MATERIE je, že sa ešte nevykryštalizovali protiklady. Veľký zmätok je ako čierna diera, ktorá pohlcuje všetky myšlienky.

V slove zúfalstvo (Verzweiflung) je obsiahnutá pochybnosť (Zweifel) a v pochybnosti dvojka (Zwei). Z protikladných dvojíc môže vzniknúť plodná dynamika. Tá sa však objaví až vtedy, keď sú protikladné

póly vypracované. Alchymisti vedeli, že dynamika ťažkopádnej hmoty sa musí okresať.



Obrázok 15

PRIMA MATERIA ako zelený drak. Ten je pridržaný protikladnou dvojicou, tmavým a svetlým človekom. Až teraz v polarizácii je možné vymámiť z hmoty jej tajomstvá.

Jednou z metód, ako sa dostať k vnútornej polarizácii je dialóg. Vnútorne dialógy dôverne poznali už aj starí alchymisti. "Lecicon Alchemiae" z roku 1612 definuje "meditatio" nasledovne: „Slovo 'meditatio' sa používa v súvislosti s tým, keď vedíme s niekým, kto je neviditeľný, vnútorný rozhovor.“

Aby sme túto disciplínu ďalej rozvinuli a vnútorné dialógy vedeli aj dokončiť, môže byť zmysluplné prehrať si ich v rolovej výmene:

Dialóg s životopisom

Klient/ka si pripne obrázok životopisu na stenu, postaví sa pred neho, dlho ho pozoruje a začne rozprávať:

- Keď sa na teba tak pozerám, napadá ma toľko momentov a spomienok, ktoré sú pre mňa stále ťažké. Prečo si mi to neul'ahčil?

Keď klient vyjadrí svoju stranu, poprosím ho, aby uskutočnil výmenu rolí a postavil sa za stranu životopisu. Postaví sa chrbtom k obrázku a tam, kde stál predtým postavím stoličku. teraz sebe venuje z roly svojho životopisu pár viet:

- Áno, bolo to často ťažké a mrzí ma to. Ale pozri sa. Je tu tiež toľko farby a sily! Vždy sme to zvládli a pritom si aj rástol.

Výmena rolí: Klient sa vracia naspäť k stoličke. Ja preberám jeho rolu a zopakujem, čo povedal ako životopis.

- Áno, máš pravdu a keď sa na teba tak pozerám, vidím to tiež. Ale mám strach z budúcnosti. Ako to mám len zvládnuť?

Výmena rolí: Znovu v roli životopisu odpovedá:

- Prijmi už konečne všetky tie ťažké fázy, ktorými si prešiel a pozri sa, ako pestro a radostne to vždy nakoniec dopadlo. Zvládneme to aj tentokrát.

Počúvať

Takéto dialógy vznikajú vtedy, keď sme pripravení počúvať. Pri výmene rolí sme často prekvapení, čo o sebe z druhej perspektívy hovoríme. V ideálnom prípade vzniká istý druh zmierenia s doterajším životom, alebo syntéza rôznych pohľadov. Ak sa nám podarí obzrieť sa späť bez hnevu, oslobodzuje sa náš pohľad pre budúcnosť. To sa stane vtedy, keď je načasovanie správne. Často k nim treba veľa odvahy a úprimnosti. Niekedy je tiež dôležité najprv si pripustiť tú ich trpkosť. Život k nám dokáže byť krutý a možno sme doteraz boli príliš udatní a trpezlivo sme prijímali svoj osud. Dať priestor aj tej stránke, ktorá trpela a je nahnevaná, môže uvoľniť veľa energie. Ale pri rolových výmenách sa môžeme aj kontrolovať a vnútorné hlasy ignorovať. Takto sami určujeme, kedy a či vôbec sa s nimi chceme vysporiadať.

Rozprávky v navigácii pri hľadaní povolania

Rozprávky nám podobne ako alchýmia ponúkajú množstvo obrazov a skúseností ako jednať v živote. Veľa rozprávok nás upozorňuje na to, že sa oplatí byť v dialógu s vnútorným a vonkajším svetom.

Rozprávka o Perinbabe

Goldmarie žije spolu so svojou macochou a jej dcérou Pechmarie. Macocha zaobchádza s vlastnou dcérou oveľa lepšie a Goldmarie to s nimi nemá ľahké. Jedného dňa jej do studne spadne vreteno a zo strachu pred trestom za ním skočí. Ocitá sa v podivnom svete, v ktorom veci dokážu rozprávať. Chleby v pekári (vyber nás von, inak sa spálime), jablká na strome (odtrhni si nás, sme zrelé) a kravy na pastvine (podoj nás, naše vemená nás už tlačia) sa obracajú na Goldmarie a ona robí veci, ktoré od nej žiadajú. Neskôr prichádza na gazdovstvo Perinbaby, tá ju zamestná v domácnosti a po istom čase ju vyzve, aby sa vrátila domov. Cez bránu, ktorá ju obsype zlatom sa vracia do horného sveta.

Príbeh začína skokom do temnej studne. Goldmarie sa poddáva a dostáva sa do úplne iného sveta, v ktorom vládnu odlišné zákony. U Perinbaby sa stáva aj „tvorkyňou počasia“. Keď vytriasa periny, na zemi sneží. Vyzerá to teda, že sa zoskokom do studne nedostala len do podsvetia, ale zároveň aj do nebeskej oblasti. Prihovárajú sa jej tam rozličné veci. Som si istý, že sa Goldmarie, keď ju chleby oslovili, najprv obzrela, či tam v blízkosti nie je ešte niekto, kto ich dal do pekára. Keď nikoho nevidí, prácu urobí, aj keď nie je hladná (chleby nezje ani si ich

nezoberie zo sebou). Jej schopnosti chopiť sa práce a spraviť ju súvisia so skutočnosťou, že tu a teraz je niekto potrebný.

Zlato - a tým sa opäť dostávame k našej téme - často v rozprávkach predstavuje šťastie. Interpretujem túto rozprávku v zmysle, že počúvať to, čo sa na nás (vo vnútornom aj vonkajšom svete) obracia, predstavuje možnosť dostať sa k činnosti, ktorá bude pre nás zmysluplná. Ako ukazujú psychologické výskumy, ľudia, ktorí majú pocit, že robia niečo zmysluplné, sú šťastnejší než tí, ktorí nepocitujú vo svojej práci žiaden zmysel.

Rozprávky sú značne zhustené príbehy a tak žiadna udalosť v nich nie je náhodná. Všetko, čo sa deje, je súčasťou dejovej línie a dáva teda v príbehu zmysel. Sú rozprávky, v ktorých hlavná postava už od začiatku vie - a aj bezstarostne vyhlasuje - čo chce dosiahnuť, a to napriek tomu, že všetci sa jej len vysmievajú. Tieto príbehy o hrdinoch v nás isto rezonujú, keď sa chystáme uskutočniť vlastné plány. V iných je rozhodnutie spojené s chamtivosťou. Len čo postavy dosiahnu cieľ, hneď ho aj stratia. Tieto rozprávky nás upozorňujú na to, že sa oplatí vlastné ciele spojiť s niečím, čo bude prospešné aj pre druhých, čo nás presahuje. V ďalších rozprávkach je hrdinovi či hrdinke zjavené nejaké proroctvo. Buď sa proti nemu vzbúri, alebo sa mocní protivníci neúspešne snažia naplneniu proroctva zabrániť. Väčšinou však práve tým osudu nahrávajú. Tieto rozprávky nám pomáhajú vytvoriť si istú formu pokoja: Svoju cestu nájdeme, bez ohľadu na to, akým silám budeme pritom čeliť. Rozprávky môžu byť tiež bránou, cez ktorú sa dostaneme do sveta metafor. Napísať z vlastného autobiografického materiálu rozprávku, posúva osobný príbeh do úplne novej dimenzie.

Prejdite si v myšli ešte raz jednotlivé fázy svojho života. Všimajte si pri tom aj také samozrejmé informácie, ako sú kultúrna, politická a hospodárska situácia, do ktorej ste sa narodili. Kto boli a čo robili vaši rodičia? (V jazyku rozprávky: Boli ste dcérou kráľa alebo synom chudobného uhliara?)

- Aký význam má vaše priezvisko? Ako znie vaše meno? ¹⁸
- Aké sú vaše najväčšie úspechy, ktoré ste mohli osláviť?
- Aké sú tie najväčšie „chyby“, ktoré ste spravili?
- Aké nešťastia či rany osudu sa vám stali?
- Akými sklonmi a vlastnosťami sa obzvlášť vyznačujete?
- Aké sklony a vlastnosti vás neustále privádzajú do ťažkostí?
- Spreádzajú vás v živote určité myšlienky či pocity (v rozprávkach sa môžu objaviť aj ako sprievodné zvieratá), chronické telesné či psychické vplyvy?

Z takéhoto materiálu teraz môžete skúsiť napísať rozprávku. Nechajte pritom fantáziu voľne plynúť: Bol raz....

Rozprávka o malom Dimitriovi

Nasledujúcu rozprávku napísal 55 ročný robotník z Balkánu, ktorý tesne pred kurzom dostal výpoveď. Primerane tomu bol aj prvé dni deprimovaný, no po tom, čo sme jeho rozprávku ako malé divadlo zinscenovali na improvizovanom pódiu, vyzeral oveľa pokojnejšie. K našim nasledujúcim spoločným obedom

vždy priniesol syr a víno pochádzajúce z jeho domoviny a začal plánovať, ako by mohol získať peniaze na svoj návrat.

Vypočujte si príbeh o Dimitriovi. Prišiel na svet ako dieťa chudobného roľníka. Jeho detstvo bolo tvrdé a náročné. Pole jeho rodičov bolo plné kameňov a jeho otec bol veľmi, veľmi prísny. Dimitriov život by bol vlastne neznesiteľný, keby nemal dve veci, ktoré mu robili veľkú radosť: prvou bola malá loďka, na ktorej vesloval po širom mori vždy, len čo sa mu podarilo nenápadne odísť od roboty. Druhou bola krava v maštali jeho rodičov. Tá mu dávala nielen extra porciu mlieka, ale aj útechu a vrelosť. Jedného dňa, keď ho otec zase zbil a u svojej milovanej kravy hľadal útočisko, ho utešila nasledujúcimi slovami: Neplač chlapče. Moje mlieko ťa spraví veľmi, veľmi silným a jedného dňa v športovom zápase prekvapíš celý svet a dokonca bude na teba hrdý aj náš kráľ. Chlapec si nebol istý, či to bolo od veslovania alebo od mlieka, ale v každom prípade mal každým dňom čoraz silnejšie ruky a po niekoľkých rokoch brázdil svojou veslárskou loďkou po vode tak rýchlo, ako rybárík loviaci ryby. Jedného dňa nastal v krajine rozruch. Na pobreží postavili veľkú tribúnu a rozšírila sa správa, že sa budú konať veslárske preteky, v ktorých si môžu zmerať sily junáci zo všetkých kráľovstiev. Aj malý Dimitri sa prihlásil. Už od začiatku viedol, no čím dlhšie preteky trvali, tým viac cítil, ako ho sily opúšťajú. Zrazu však zbadal na blízkom kopci svoju milovanú kravu, ako tam stojí a pozerá sa na neho. To ho potešilo natolko, že znovu nabral nové sily. Aj v posledných metroch pred cieľom viedol pred druhým najrýchlejším veslárom o celú dĺžku lode. Kráľ mu odovzdal pri oslave víťazov zlatú medailu a bol hrdý na to, že ju mohol odovzdať chlapcovi zo svojej krajiny. Malý Dimitri bol veľmi šťastný a tento zážitok mu odvtedy pomáhal vždy, keď v jeho živote nastali ťažšie časy.

Albedo - Imaginácia sa prebúdzá

*Imaginácia, služobníčka všetkých služobníkov,
zbiera celý neobjavený vesmír,
ako klenoty do jaspisovej misky.*

John Davidson¹⁹

Striebristý či mesačný stav, ktorý majú alchymisti na mysli, keď hovoria o ALBEDE, „bielení“, je návratom nádeje, je mesačným svetlom, ktorý rozsvieti temnú noc, striebristým pásom na horizonte či rannou rosou, ktorá sa ligoce v tráve. V hmote sa začína diať niečo nové. Prichádzajú tušenia, snové obrazy sú farebnejšie, duša znovu dýcha. Pri uskutočňovaní OPUS MAGNUM, „Veľkého diela“, sme sa dostali k bodu obratu.

Alchymistka vám vysvetľuje, že v tejto fáze procesu ide predovšetkým o imagináciu. Tá je kľúčom k úspechu. Nemá však pod týmto pojmom na mysli nejaký nehmotný prelud. Nejde o cvičenia typu zavri oči a predstavuj si niečo pekné. Imaginácia je koncentrovaný extrakt živých telesných aj duševných síl. Je hviezdou, ktorá vás vedie, silou, ktorá vás otvára „Božej iskre“, ktorá presahuje vaše „malé Ja“. V už spomínanom *Lexicon Alchemiae* je „imaginatio“ definovaná nasledovne: „Imaginácia je súhvezdím v človeku, nebeským či nadnebeským telom.“

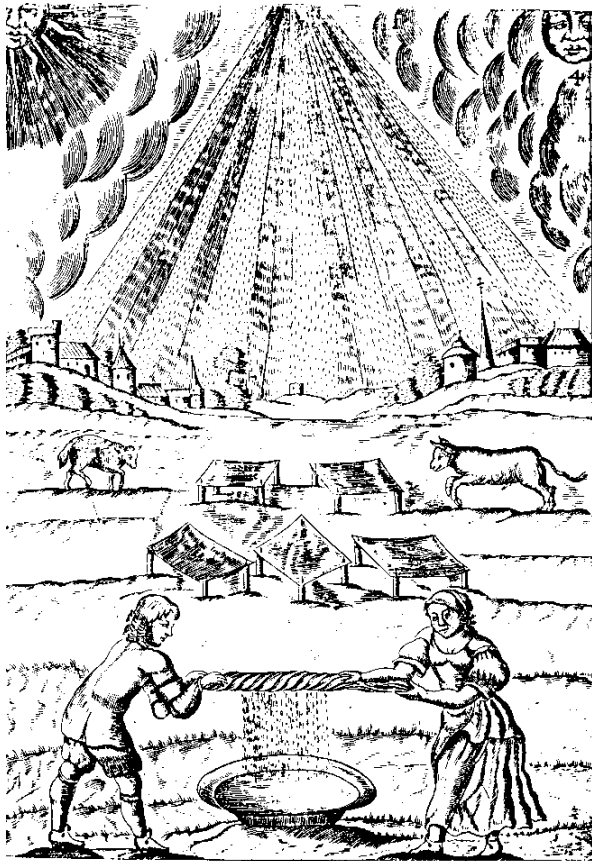
Stav „bielenia“ má špecifické čaro. Mnohí alchymisti chválili TINKTURU ALBA, esenciu tejto fázy tak vysoko, akoby už samotná bola cieľom. Bez nej neprebehne žiadna premena, nestane sa nič nové.

No predtým, ako budeme ďalej snívať, vás alchymistka upozorní na nebezpečenstvá tohto stavu: Niešť v sebe Božskú iskru znamená byť entuziastický (en-theo-ism znamená byť naplnený Bohom). S touto úžasnou silou by sme mali zaobchádzať opatrne. Zrazu sa považujeme za geniálnych MY a zabúdame, že v nás pôsobí neosobná sila, ktorá patrí všetkým. To môže viesť k značne egocentrickému prežívaniu. Velikášstvo a strata zmyslu pre realitu nie sú veľmi nápomocnými stavmi pri snahe dať svoj život do poriadku a získať dobrých priateľov.

Aj tu ide o správne dávkovanie. TINKTURU ALBA potrebujeme na to, aby navigácia v živote a pri hľadaní povolania bola úspešná. Môžeme sa vybláznit v brainstormingoch a predstavovať si, čo by sme robili, keby sme sa stali velikášskymi. Tieto fantázie však nie sú konečným produktom. Sú potrebné ďalšie kroky k tomu, aby sme prácu mohli doviest' k zdarnému koncu.

Zozbierať klenoty

Ranná rosa, ktorá sa ligoce na slnku fascinovala ľudí už odpradáva. Aj v alchymii existujú recepty na TINKTURU ALBA, v ktorých hrá rolu. Bola tu noc s jej temnotou, trápenie, strach a neprítomnosť predstavivosti. Teraz prichádza ráno. Temnota sa vyjasňuje a svet sa naplňa touto ligotavou látkou. Večer bola zem ešte suchá. Rosa je dieťaťom noci. Ligoce sa skoro nadpozemsky: mohli by ju vylučovať aj hviezdy, pretože sa objavuje presne tam, kde sa môže zem s nebom voľne stretnúť. Počas zamračených nocí či v tieňoch skál či stromov nepadá.



Obrázok 19
Zber rannej rosy

Dostali sme sa teraz v navigácii v živote a pri hľadaní povolania do bodu, keď začíname tieto ligotajúce sa klenoty zbierať. Sústredíme sa na tie fázy života, v ktorých sme boli obzvlášť šťastní. Spomíname si na okamihy, v ktorých sme cítili to nevysvetliteľné šimranie radosti. Zbierame impulzy, obrazy a fantázie, v ktorých sú obsiahnuté fascinácia a nadšenie z budúcnosti. Všimnete si, že podobne, ako vašu pozornosť upútava ligotavá ranná rosa, vás priťahujú určité témy a obrazy, istí ľudia, rozhovory či predmety. Nemáte potuchy prečo to tak je a teraz nie je ani vašim cieľom nad tým premýšľať. Premýšľanie vás iba znovu pripúta k známemu. Je to práve to nové, neznáme a šimrajúce, ku ktorému kráčate. Otvorili sa dvere a ste v stave vstúpiť do nového fascinujúceho sveta.

Tieto klenoty sú východiskovým materiálom vašej TINKTURY ALBA. Pri správnej príprave vás omladí a zmení váš život.

Spomienky na detstvo

Časť TINKTURY ALBA môžeme pozbierať v spomienkach z nášho detstva bez ohľadu na to, do akej miery bolo bolestné či neuspokojivé. V každom živote sa nájdú „zlaté oriešky“, v ktorých sa skrývajú čarovné darčeky.

Pokúste sa spomenúť si na to, čo ste ako dieťa robili obzvlášť radi. Vráťte sa späť do okamihov, v ktorých ste boli úplne ponorení, či fascinovaní vecami alebo udalosťami, ktoré robili život veľkolepým či zaľúbeniahodným.

Detský sen o povolani

Mladý, jemne pôsobiaci účastník kurzu, volajme ho Peter, si spomína, že ako dieťa sa chcel stať bojovým pilotom. Spravíme rolovú hru, do ktorej vstupujeme s nasledovnou dohodou: Nebude hrať seba, ale bojového pilota. Túto postavu si vytvorí počas rozhovoru, ktorý s ním budem viesť. Môže pritom fantáziu nechať voľne plynúť. Dopredu stanovený je iba vek, pričom on aj bojový pilot budú rovnako starí. Ako prvé sa ho spýtam na jeho meno. Bojový pilot sa volá Rolf.

V rozhovore hovorí o tom, ako sa stal bojovým pilotom, čo mu na ceste k tomu povolaniu robilo radosť a aj čo bolo ťažké a výzvou. Hovorí o fascinácii, ktorá vyžaruje z mocného stroja a o okamihoch šťastia, keď v ňom skoro ráno lieta nad Alpami. Hovorí o každodennej rutine, ale aj o priateľstve a momentoch nebezpečia. Obzerá sa späť do minulosti a zisťuje, že sa ťažiskové body jeho práce za posledné roky zmenili, pozerá sa do budúcnosti a hovorí o možnostiach, ktoré jeho život ponúka.

Počas tohto rozhovoru sa jeho hlas, gestá a postoj stávajú čoraz silnejšími. Pomaly jeho telo akceptuje nezvyklú predstavu byť bojovým pilotom. V momente, keď sa v tej roli úplne otvára, pred neho postavím prázdnu stoličku. Vyzvem ho, aby si predstavil, že na nej sedí Peter a že on, bojový pilot, si ho má dobre obzrieť. Je vraj Petrovým dobrým priateľom a Peter sa teraz nachádza v bode, keď sa veľmi intenzívne zaoberá priebehom svojho doterajšieho života a otázkou, kde by sa mohlo nachádzať jeho miesto vo svete. Poviem mu, že ako „Rolf“ má cit pre to, kde sa Peter nachádza, a že by mu isto mohol dať nejakú radu, čo by mohol vo svojej situácii urobiť. „Rolf“ chvíľu premýšľa a potom povie naplno a výrazným hlasom: „Peter, rozhyb sa. Tvoja životná situácia teraz potrebuje jasné rozhodnutia a energické kroky. Nájdí odvahu ich urobiť, odmenou ti bude nádherný pocit slobody.“

Teraz ohlásim výmenu rolí. Sadá si teraz na stoličku, kde si pred chvíľou predstavoval, že sedí „Peter“, a tým sa znovu vracia do svojho každodenného Ja. Následne prevezmem rolu „Rolfá“. Posadím sa na stoličku, chvíľu si nechám čas, aby som sa do roly vcítil a zopakujem slovom aj výrazom, čo predtým Peter v roli Rolfa povedal. Pri tom si obaja pozeráme do očí. Cítiť pri tom, že v takýchto chvíľach plynú nielen informácie, ale aj energia. Keď dorazí, môže poskytnúť dôležitý impulz pre následný proces zmeny.

Zosilniť plameň

Tvorivosť si zvyčajne predstavujeme ako niečo zábavné - možno dokonca povrchné. Podporujeme ju hrovými technikami, brainstormingom a podobnými vecami. Alchymisti však vedeli, že vytvoriť niečo nové nie je vôbec jednoduché: Musíme byť pripravení na chvíle chaosu a pôrodných bolestí. Otvárame svoju predstavivosť iracionálnemu a možno zachytíme okraj skutočnosti, ktorý alchymisti nazývali "Extra Naturam". Inšpirácia mimo (nám známej) prírody a prostredia.

Na zosilnenie ohňa a dosiahnutie vyššej „teploty“ či „napätia“ niekedy cielene pracujem s negatívnymi pocitmi. Naše najlepšie schopnosti, ktoré nežijeme často „projikujeme“ na druhých ľudí. Napríklad závisť je iracionálny pocit, ktorý nás môže upozorniť na nami nežité stránky.

Pre účastníkov a účastníčky mojich kurzov väčšinou nie je ľahké priznať si, že také „nízke“ pocity, ako je závisť, vôbec poznajú. Keď však vidia, ako druhému človeku môže cvičenie zamerané na závisť pomôcť, zrazu si skoro všetci spomenú na také či onaké chvíle, kedy by od závisť aj ozeleneli!

Využiť závisť

Účastník kurzu, ktorý pred nejakým časom začal podnikat' ako vývojár a inštalatér solárnych zariadení, no bez väčšieho úspechu, rozprával o jednom sochárovi, ktorému závidel. Závisť sa týkala hlavne sochárovej možnosti umeleckej práce a predovšetkým jeho schopnosti vystupovať suverénne a jasne obhajovať svoj pohľad. Ako scénu, v ktorej sa táto jeho schopnosť jasne prejavila, si zvolil vernisáž daného umelca.

Nechal som ho zahrať rolu osoby, ktorá uňho vyvolala závisť. Ako etablovaný „Bon Vivant“ si užíval možnosť byť v centre pozornosti a obhajovať svoje práce presvedčivou výrečnosťou. Jeden z účastníkov skupiny mu neskôr poradil, aby zo svojich solárnych zariadení vytváral umelecké diela, čo ho bezprostredne inšpirovalo k pútavej prezentácii fotovoltážnej kostolnej veže.

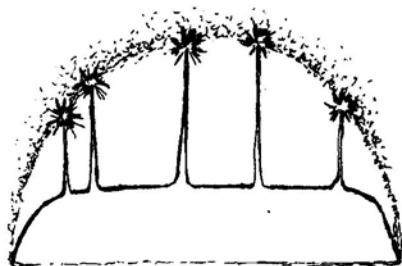
Chvíle šťastia

K aktivácii „súhvezdia v človeku“ sa mi osvedčilo zaoberať sa vrcholovými zážitkami.

Vrcholové zážitky sú okamihy, ktoré sa dajú definovať len ťažko. Sú to momenty v živote, kedy jednoducho všetko sedí, kedy sme úplne šťastní či spokojní so všetkým. Niekedy sme katapultovaní do týchto stavov priamo po prekonaní ťažkej situácie či choroby, pre horolezcov sú tieto momenty doslova vrcholovými zážitkami: po namáhavom vzostupe sa im na vrchole hory rozširuje pohľad aj dych. Niekedy prichádzajú vrcholové zážitky do nášho života celkom potichu a bez zjavnej príčiny: Napríklad sedíme vo vlaku a zrazu nás prepadne zvláštna nálada a na istý čas sa ponoríme do stavu nesmierného šťastia či spokojnosti. Často sú vrcholové zážitky

spojené s fázou zamilovanosti, s obzvlášť pôsobivým intímnyim zážitkom, so spoločnosťou priateľov či s prírodou.

Tieto momenty obsahujú informácie o tom, kým v skutočnosti sme. Predstavujem si to nejak takto:



Obrázok 17
Vrcholové zážitky a línia života

Kruhový polomer je naša línia života od narodenia až po smrť. Línia pod ním predstavuje to, čo skutočne žijeme. Malé deti žijú často ešte blízko pri okraji toho, čo predstavuje našu skutočnú podstatu. Najneskôr v puberte však začína nová fáza. Zabúdame na časti nášho „poslania“ a začíname fungovať povrchne. „Tunelujeme“ sa tak povediac popod možnosti nášho poslania. Starí ľudia žijú často opäť v blízkosti svojich snov – niekedy sa k nim priblížia až na smrteľnej posteli.²⁰

Vrcholové zážitky sú krátke momenty v našom dospievaní, ktoré sa dotýkajú oblúka nášho poslania. Spomenúť si na vrcholové zážitky, ponoriť sa opäť do pocitov, ktoré boli s nimi spojené a pokúsiť sa ich nejakou umelecky vyjadriť: ako obraz, báseň alebo ešte lepšie celým telom - ako gesto, pohyb či tanec - je vynikajúcim prostriedkom, ako sa dozvedieť viac o tom, aký je to pocit „byť nažive“, ktorý sa skrýva za našimi najhlbšími snami či prániami.

Pohľadnicové orákulum

V predošlej časti knihy sme hovorili o rituáloch iniciácie. Hľadanie vízie (Vision quest), možnosť ísť do divočiny s otázkou, poprosiť duchov prírody a vlastných predkov o podporu a byť otvorený pre odpoveď, ktorá sa objavuje neznámym či prekvapivým spôsobom; to všetko môžeme nájsť aj dnes nielen v kmeňových kultúrach a použiť v oblasti povolania. Pre ľudí, ktorí sú vychovávaní v našej, skôr racionálnej kultúre, je potrebné si trochu na tento spôsob vnímania zvyknúť, kým sa mu otvorí. Jednoduché cvičenie, ktoré k tomu môže napomôcť, nazývam Pohľadnicové orákulum.

Účastníci kurzu si položia podľa možnosti čo najnaliehavejšiu otázku vo vzťahu k téme, na ktorej práve pracujú. Otázku napíšu na papier, ktorý potom odložia nabok a to isté by mali spraviť s otázkou aj vo svojom vnútri. Pomôcť môže, keď sa človek trochu uvoľní, ponatáhuje, zívne alebo sa trochu poprechádza. V jemne zasnenom stave sme vnímavejší pre to, čo týmto cvičením chceme docieľiť. Väčšina ľudí sa dokáže vôľou dostať do zasneného stavu dosť rýchlo. Môžeme si predstaviť, že sme si dali pivko, alebo že sme jednoducho veľmi unavení.

V rohu miestnosti je pripravená zbierka pohľadníc. Podídete k porozkladaným pohľadniciam a svoju pozornosť necháte stále voľne

plynúť. Niektorá z tých kariet vašu pozornosť pritiahne. Možno to nie je karta, ktorú by ste si zvolili cielene, ale je to obraz, ktorý vo vás niečo vyvoláva. Zoberiete si pohľadnicu, vrátite sa na svoje miesto a pozorne si ju obzeráte. Čo presne vás na tomto obraze priťahovalo? Bola to farba alebo forma, ktorú ste možno z diaľky ani dobre nevnímali?

Nech to bolo čokoľvek, je to práve to, čo je pre vás teraz na tej pohľadnici dôležité. Pokúšate sa teraz do toho ponoriť trochu hlbšie a vhodným postupom je jednoducho sa do obrazu zasnívať. Možno sa tým to, čo vnímate zmení, alebo do popredia vystúpi nový aspekt. Ved' sme stále ešte v tom zasnenom stave. Asociácie a vnútorné obrazy vznikajú ľahko a hravo. Môžete si predstaviť, že to špeciálne, čo vás na tej pohľadnici priťahovalo, sa teraz zmenilo na nejakú bytosť. Sledujete, aká „bytosť“ sa z vašej pohľadnice vynorí a predstavíte si miesto, kde by ste túto bytosť mohli stretnúť. Odovzdá vám nejakú správu. Niektoré správy budete počuť. Niektoré pochopíte až vtedy, keď vezmete do úvahy celé správanie či výzor bytosti.

Jeden z účastníkov mojich kurzov mal v tomto cvičení zaujímavý zážitok: Jeho pohľadnica znázorňovala namaľovanú stepnú krajinu. Pri „zasnívaní sa“ do obrazu v nej zrazu zbadal rýchlo cválajúcu žirafu. Utekala na kraj obrazu. Tam prešla hnedo červená step do zelenej pastviny. Posolstvo žirafy bolo bez slov, ale preňho jednoznačné: „Vydaj sa na cestu, čaká na teba zelená pastvina“. To bola odpoveď. Ale čo bola ešte raz tá otázka?

Tým sa vraciame späť k papieru, na ktorý ste si na začiatku cvičenia poznačili svoju otázku. Nájdené posolstvo je odpoveďou na túto otázku. Ako som prišiel k tejto domnienke? Už len samotná časová blízkosť medzi napísaním otázky a „snom“ o bytosti z vašej pohľadnice to naznačuje. Ak ste si skutočne položili otázku, ktorá je pre vás dôležitá, je veľmi pravdepodobné, že sa posolstvo bytosti vzťahuje na ňu. Možno aj na otázku v pozadí vašej otázky... Tu môžeme pozorovať zaujímavý fenomén: ľudia často nevedia nájsť žiadne spojenie medzi ich pôvodnou otázkou a „posolstvom“ z pohľadnice. Keď však svoje zážitky porozprávajú skupine a prečítajú otázku, uzol sa rozmotá. Niekedy prichádza Aha zážitok až po prerozprávaní posolstva malému, ale pozorne načúvajúcej publiku. Aj pri tradičných hľadaní vízie sa význam zážitku či vízie vyjasní až potom, keď sa s nimi mladiství podelí v kruhu starešínov.

V prípade žirafy otázka znela: „Ako môžem uskutočniť moje sny?“ Súvislosti v pozadí vyzerali nasledovne: Účastník sa zamestnal v dobre spravovanom sedliackom dvore vo východnom Nemecku. Manželia, ktorí tam žili, však neboli ochotní mu poskytnúť dostatok priestoru pre vlastnú realizáciu a táto konštelácia v trojici bola problematická. Pomaly si začal uvedomovať, že je veľmi ťažké presadiť vôbec nejaký svoj názor.

Projekty a kvality

Destiláciu vnímali alchymisti ako proces zjemňovania. Pomocou nej sa chceli dostať k esenciálnemu. Éterické rastlinné oleje získané destilačnými procesmi sa aj dnes nazývajú esencie.

Destiláciu môžeme využiť aj v navigácii v živote a pri hľadaní povolania. Ponúka sa predovšetkým vtedy, keď majú ľudia tak veľa

nápadov, že sa od množstva príležitostí nevedia rozhodnúť, aký by mal byť ich nasledujúci krok.

V tejto situácii je nápomocné vidieť všetky tie veci rozprestreté pred sebou. Takže si zhotovíte zoznam všetkých „projektov“, ktoré ste vo svojom živote radi robili. „Projektmi“ mám na mysli profesijné aj osobné činnosti, ktoré ste robiť chceli, aj ste ich potom realizovali. Nemuselo sa vám na nich páčiť *všetko*. Stačí, keď ešte aj dnes pri spomienke na ne cítite ich príťažlivosť. Nadšenie sa môže týkať aj nejakého čiastkového aspektu projektu. Táto prvá časť nášho zoznamu nemusí byť kompletná. Teraz pridáme „projekty“, o ktorých ste „len“ snívali a predovšetkým tie, o ktorých snívate doteraz. Zo srandy a aby sme tú vec trochu okorenili, môžete pridať aj tie projekty, ktoré by ste vlastne strašne radi chceli spraviť, ale ani ste sa neodvážili o nich snívať, možno preto, že znejú šialene alebo hlúpo.

Pozrieme sa teraz bližšie na jednotlivé projekty a pýtame sa, čo vás na nich tak priťahovalo. Pokúsime sa vydestilovať esenciu vašich snov. U dvoch rozdielnych ľudí sa za rovnakými projektmi môžu skrývať úplne odlišné kvality. Projekty nášho života sa neustále menia. Kvality, ktoré v nich hľadáme, však často ostávajú po celý život aktuálne. Pri tomto cvičení je užitočné mať na pomoc nejakého poradcu či poradkyňu. Pomocou otázok a pochopením vašich odpovedí vám pomôže rýchlejšie sa dostať k podstate.

Neustále ma prekvapuje, ako sa pri tejto práci po krátkom čase vytvorí pocit pre to celkom špecifické, jedinečné v človeku. Samozrejme že v zozname kvalít nenájdeme nič viac než zbierku slov a takéto jednotlivé slová môžeme nájsť aj v zoznamoch iných ľudí. Napriek tomu vzniká u konkrétneho človeka osobitý pocit. Jednotlivé slová sa stávajú časťami básne. Podstata celkovej výpovede spočíva v tom, že tie slová sa načnú navzájom prelínať a oživovať. Je nápomocné jednotlivé kvality prečítať nahlas a spojiť ich pritom s pre nás ešte neznámym človekom. Získavame tým cit pre vnútorné a vonkajšie aspekty jednotlivých kvalít a vytvára sa obraz človeka, na ktorý autor zoznamu reaguje zväčša veľmi pozitívne.

<u>Projekty</u>	<u>Kvality</u>
- Futbal	- Pohyb
- Podniková ťOK	- Kontakty / stretávať ľudí
- Štúdium medicíny	- Zmeriat si sily
- B + B	- Zlepšovať sa
- Nezbedný kuchár	- Potvrdenie
- Cestovanie	- Sloboda
- Nič nerobenie	- Tvoriť
- Učiteľ telocviku	- Vyjadrovať vlastnú osobnosť
- Učiteľ na učiteľke	- Sprostredkovať druhým pohodú
- Jazdiť na motorke	- Pomôcť / Prekvapiť
	- Improvizovať
	- Vysporiadať sa s niečím
	- Pochopenie druhých
	- Vyžva
	- Vyfačiť zo situácie to najlepšie

Obrázok 18
Zoznam projektov a kvalít jedného účastníka kurzu

Človek, ktorý miluje pohyb a rozhýbava ostatných, človek ktorý je v kontakte s druhými, ktorý je rád v spoločnosti ľudí, človek, ktorý s druhými aj rád súťaží, ktorý čerpá potvrdenie z neustáleho vlastného zlepšovania, ktorý robí to, čo má rád, ktorý v tom, čo robí, rozvíja a vyjadruje vlastnú osobnosť, ktorý svoj život formuje sám; človek, ktorý je slobodný, ktorý sa cíti slobodný a ktorý pocit slobody vyžaruje...

Popri tom, ako pomaly čítame a oceňujeme jednotlivé kvality, sa pozeráme na autora zoznamu a sledujeme jeho reakcie na naše formulácie. Keď sa dostaneme na koniec zoznamu, môžeme položiť otázku: „Aký je to človek, ktorý všetko toto v sebe zosobňuje? Ako by mohol vyzerat? Ako si takýto človek počína v živote? Aké povolanie by mohol mať? Aký by to mohol byť pocit, byť takýmto človekom?

Svet kvalít

Svet kvalít je ako točité dvere medzi vnútrom a vonkajškom. Nikdy celkom presne nevieme, či sa nejaká kvalita nerozvíja viac v našom vnútri, aby sa potom prejavila navonok, alebo či ju najprv prejavujeme navonok, aby sme si tým vybudovali vnútornú skúsenosť. Čo sa týka kvalít, rozlišovanie medzi vonkajším a vnútorným zrejme nie je zmysluplné, možno je to dokonca

prekážka. Myslím si, že v dnešnej dobe vieme o bránach medzi týmito dvoma svetmi oveľa menej, než predošlé generácie.

Snový obraz

Učeň prichádza zúfalý k alchymistke: „Dnes v noci sa mi snívalo, že som zrealizoval Veľké dielo. Zlato žiarilo striebristo ako mesiac a ligotalo sa tak jasne ako slnko. Potom som sa zobudil a uvedomil som si, že to bol len sen. Ach, keby som si dal z toho do kapsy aspoň zrníčko a mohol ho z toho sna preniesť sem!“

„Ako si sa v tom sne cítil, keď si objavil zlato? Vieš si spomenúť?“ pýta sa alchymistka. „Samozrejme, bolo to nádherné. Naplnila ma skrz na skrz obrovská radosť.“ „Keď si na ňu dokážeš spomenúť, isto ju cítiš ešte aj teraz?“ Učeň zavrie nachvíľu oči a nechá obrazy z noci znovu vstúpiť do svojej mysle. Keď ich znovu otvorí, žiari v celej tvári. „Pozrime že“ hovorí alchymistka, „tu je to zlato, ktoré prešlo celkom bez námahy bránou medzi snom a skutočnosťou.“

Autor zoznamu si ho prezrie a spýta sa: „Som tým, ktorého tieto kvality opisujú?“

Myslím si, že tento zoznam vynáša na svetlo niečo z toho, čím v skutočnosti sme. Často sa s tým však nedokážeme identifikovať. Človeka, ktorý reprezentuje takéto kvality by sme samozrejme obdivovali, ale to, že by sme ním sami boli, je našej predstave na hony vzdialené. Zároveň si všimneme, že tieto kvality pre nás veľa znamenajú a zrejme znamenali už odjakživa. Určite sa pohybujeme smerom k nim, a boli by sme ich schopní vnímať, keby v nás neboli?

Podobne ako v predstavách alchymistov, že v každom kove drieme potenciál rozvinúť sa na zlato, driemu v nás naše kvality a čakajú na to, aby sme ich rozvinuli. Všimol som si, že zakaždým, keď ľudia vnútorne povedia áno veciam, ktoré sú pre nich v živote skutočne dôležité, uskutočňujú v súvislosti s plánovaním ich profesie či života úplne iné rozhodnutia.

Fakt, že pri kvalitách pracujeme na esencii, ktorá sa nedá tak ľahko zaradiť do rastra vonkajšie/vnútornej, robí tento proces neuveriteľne napínavým a nepredvídateľným. Poskytuje nám odpovede na otázku, ako chceme pracovať, a to sa týka rovnako nášho vnútorného postoja, ako aj navonok prejaviteľných hodnôt či možností.

Snová cesta do profesijnej budúcnosti

Účastníčka jedného vikendového seminára prišla na „Snovej ceste do jej profesijnej budúcnosti“ k obrazu dielne, v ktorej vyrábala staré hudobné nástroje. Postavili sme teda na pódium dielňu a všetkých ohromilo, s akou živosťou sa obraz ženy vyrábajúcej hudobné nástroje rozvinul. Skupina bola nadšená a rada by videla, že by sa tým vyjasnila aj otázka o profesijnom smerovaní tejto účastníčky. Vyjasnenie však prišlo až o dva týždne neskôr. Vďaka zážitku na pódiu si uvedomila, že jej tento

obraz pomohol neuskutočniť očakávaný najlogickejší krok v jej kariére. A v skutku, jej cesta viedla preč od teoretickej práce na univerzite k praktickejšej práci v environmentálnej chémii. Pri rozhodovaní vzala do úvahy vyrábanie hudobných nástrojov ako kvalitu „praktickej práce“. Výrobkyňa hudobných nástrojov ako manifestný cieľ teda po zážitku na pódiu úplne zapadla do úzadia.

Niekedy je premenlivá hra medzi vlastným vnútrom a okolím zjavná. Myslím pri tom na jedného klienta, ktorý sa prišiel poradiť, pretože sa chcel osamostatniť. Tešil som sa teda, že sa budeme zaoberať poradenstvom zameraným na to ako založiť firmu. Pri praktickej práci sa však objavil nečakaný problém. Vždy, keď ten človek hovoril o svojich plánoch, o postavení sa v profesii na vlastné nohy, bol jeho hlas čoraz slabší a slabší. Aj jeho nápady na podnikanie ma nepresvedčili. „Ako sa má takýto človek osamostatniť?“ pomyslel som si. Vyžadovalo to dve namáhavé hodiny poradenstva, v ktorých som sa pokúšal konštruktívne sa vysporiadať s jeho projektom, pričom v skutočnosti som nerobil nič iné, než len kritizoval jeho plány, kým som si uvedomil, že šlo skutočne o to, že sa osamostatňoval. Nešlo však o tú rovinu samostatnosti, na ktorej sme pracovali. Išlo mu o životný pocit a suverénne jednanie s jeho partnerkou a priateľmi. Môj dobre mienený pokus ho od profesijného osamostatnenia odhovoril mieril teda v podstate mimo.

Deň v budúcnosti

Nazbierali sme už dostatok materiálu, aby sme sa trochu pozreli aj do budúcnosti. Alchymistka naplní všetkými prísadami, ktoré ste doteraz nazbierali sklenenú nádobu: kvalitami s vášho zoznamu, telesným pocitom z vašich vrcholových zážitkov, snami vášho detstva, možno ešte aj posolstvom bytosti z pohľadnicového orákula a trochou ligotavých kvapiek rosy, ktoré ste nahromadili počas dlhej noci vašej nevedomosti.

Teraz sa nádoba hermeticky uzavrie a naladíte sa na nastávajúcu prácu. Vychádzate z toho, že zo všetkého toho materiálu vznikne sama od seba esencia, ktorá vám ukáže miesto, na ktorom budete. Vy aj svet v optimálnom vzťahu. Miesto, ktoré vám pasuje a pokrýva čo najviac z vašich potrieb a túžob. K tomu je rozumné požiadať o požehnanie vyššiu inštanciu. Spraviť to patrí k správne nastaveniu, vysvetľuje alchymistka, a bez toho sa „Veľké dielo“ nemôže podariť.

Nádoba sa vsunie do pece a pomaly sa zohrieva. Po nejakom čase sa môžu objaviť zvláštne farebné reakcie, alchymistka hovorí o „cauda pavonis“, chvoste páva, a je si istá, že dielo sa podarí.



Obrázok 19
Chvost páva, „cauda pavonis“, ako zjavenie rôznorodosti farieb v hermetickej nádobe.

Vytvára sa dúha a nakoniec sa premieňa na jasnú bielu. Teraz sa obsah nádoby sprehľadní a umožní vám pohľad na jeden deň vašej budúcnosti. Zvláštnym spôsobom vás ten deň vŕahuje do seba a než si to uvedomíte, zobudíte sa a s prekvapením sa obzeráte dookola.

Niekedy, keď sa preberieme z hlbokého spánku potrebujeme nejaký čas na to, aby sme sa zorientovali. Nejakú dobu ste ešte presvedčení, že ste sa práve chystali plánovať svoju budúcnosť, že ste boli v alchymistickom laboratóriu a teraz isto prežívate nejakú víziu. Táto spomienka však vybledne rovnako, ako keď ráno niekedy zabúdame naše sny a sústredíte sa na svet, do ktorého ste sa práve zobudili. Čo bolo to, čo vás zobudilo? Bol to zvuk, svetlo, človek alebo vôňa? Pomaly sa zorientováate v miestnosti a jednoducho vnímate okolie. Vstanete a podídete k oknu, aby ste sa pozreli von. Bývate v meste alebo na dedine, je to krajina ktorú poznáte, alebo vám pripadá cudzia, žijete v dome alebo v byte, s inými ľuďmi alebo sami?

Ako tak krok za krokom prechádzate vašim dňom a vnímate, čo vidíte, počujete, cítite a pociťujete, vaše pohyby a konanie, tak vás na tomto mieste opustíme a necháme vás ďalej prežívať túto cestu osamote... Vrátime sa k vám až neskoro večer. Ležíte už v posteli a práve ste si zrekapitulovali dnešný deň. Zhrnuli ste si, čo sa vám páčilo, v ktorých chvíľach ste cítili radosť a kedy sa vaše srdce tešilo najviac.

Potom sa vaše myšlienky presunú do budúcnosti a vnímate, na ktoré veci sa v najbližšej dobe tešíte najviac, aké ešte neuskutočnené projekty na vás čakajú a aké úlohy máte pred sebou.

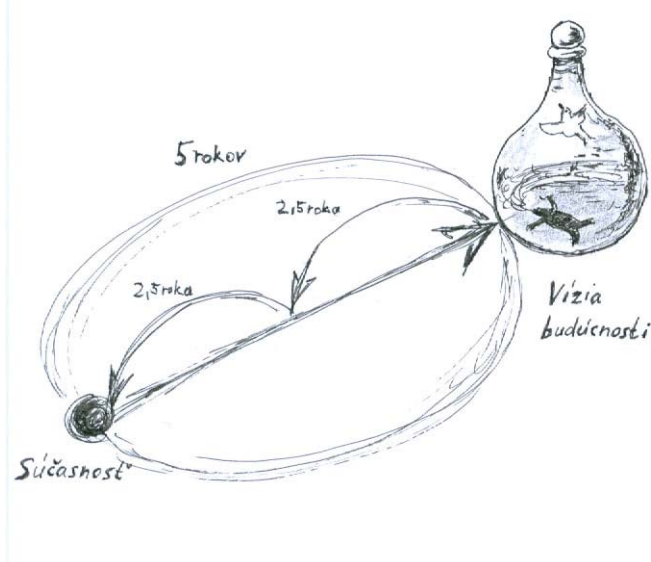
Potom sa vaše myšlienky presunú do minulosti. S pohľadom na dobu, ktorá uplynula sa vyplavujú spomienky. Spomínate si na chvíle, kedy

ste pracovali intenzívne na vašej budúcnosti a pri tom ste spoznali laboratórium alchymistky. Vnímate, koľko času už odvtedy uplynulo a cítite vďačnosť k ceste, ktorou ste prešli. Ešte raz sa na ňu pozriete a rozpoznáte chvíle, ktoré boli spojené so zvlášť veľkou radosťou a tiež momenty, kedy ste skoro stratili nádej a nevedeli, ako ďalej. Čoraz zreteľnejšie sa vám vynára obraz osoby, ktorou ste boli, keď ste pracovali v laboratóriu alchymistky.

Získavate pochopenie pre myšlienky a obrazy, obavy a nádeje z minulosti. Vzniká niečo ako kanál v čase a priestore: pozriete sa vášmu mladšiemu Ja do očí a možno sa objaví potreba mu niečo povedať. Po tom, ako ste sformulovali vaše poslanstvo, sa stane niečo zvláštne: Vtiahne vás to z obrazu do kanála spolu s tým poslanstvom a uvedomíte si, že ste sa vrátili naprieč časom späť do kože vášho mladšieho Ja a ešte predtým, než sa úplne zorientujete, počujete to poslanstvo z budúcnosti a cítite, ako do vás cez kanál z vašej želateľnej budúcnosti prúdi príjemná energia. Toto spojenie s múdrejšou časťou vás samých, ktorá už prešla dlhšou cestou, môžete od teraz podľa potreby vždy aktivovať. Ten pocit a poslanstvo vás naplňajú dôverou, do ktorej sa môžete ponoriť vždy, keď to budete potrebovať alebo chcieť.

Plánovanie z pohľadu budúcnosti

Svoj život si zvyčajne predstavujeme ako cestu, ktorá vedie z prítomnosti do čoraz neznámejšej budúcnosti. Po našej ceste v predošlej kapitole máme ďalšiu možnosť. Rovnako, ako sa môžeme z nášho života - povedzme za päť rokov - pozrieť späť na náš terajší život, môžeme si vytvoriť plánovanie z budúcnosti v smere prítomnosti.



Obrázok 20
Plánovať smerom z budúcnosti do prítomnosti

Koľko rokov asi leží medzi vami a obrazmi či pocitmi, ktoré ste mali? Môžete si cestu z vašej vízie do prítomnosti predstaviť ako líniu v priestore. Rok po roku idete po nej krok späť smerom k prítomnosti. Kde by ste stáli, keby ste boli rok predtým, ako ste dosiahli vašu víziu a aký by to bol pocit? Kde by ste boli dva roky pred ňou? Kde tri roky...?

Nakoniec prídete do prítomnosti, obrátite sa späť smerom k vízii a pozeráte už len jednoducho na váš najmenší krôčik smerom k nej. Je samozrejme možné hrať sa aj s viacerými obrazmi budúcnosti a pritom sa často objavujú prekvapivé veci.

Jedna účastníčka kurzu sa nevedela rozhodnúť medzi kariérou v žurnalizme alebo kariérou v oblasti manažmentu. Nechal som ju pomaly prejsť oboma možnosťami jednu po druhej až ku značke „o desať rokov“. Odtiaľ sa obzrela späť na jej „terajšie“ ja a viedla s ním dialóg. Keď sa obrátila na jej „budúce“ ja ako poradkyne v manažmente, mrmlala si zrazu potichu - akoby pre seba - si teraz šťastná?“ Nechal som ju vymeniť si roly a zaujať miesto jej staršieho ja, ktoré už celú tú cestu k poradkyňi v manažmente absolvovalo. Keď tú otázku dostala teraz od druhého človeka - člena skupiny, ktorý sa postavil na miesto jej „terajšieho“ ja, rozplakala sa: Vysvitlo, že by išla cestou poradenstva v manažmente predovšetkým kvôli tomu, aby sa páčila svojej matke.

Rubedo- Nový poriadok sveta

„Žiak Me-tisu Do zastával názor, že treba pochybovať o všetkom, čo neuvidíme vlastnými očami. Kvôli tomuto negatívnemu názoru ho hrešili a dom opustil nespokojný. Po krátkom čase sa vrátil a na prahu povedal: Musím sa opraviť, treba spochybňovať aj to, čo vidíme vlastnými očami. Keď sa ho spýtali, čo teda dáva hranice vlastným pochybnostiam, odpovedal Do: Túžba konať.“

Bertold Brecht, *Me-ti, kniha premien*²¹

Východ slnka

Mnoho alchymistov velebilo „lapis albus“ (biely kameň - ALBEDO) tak vysoko, akoby sa tým už dosiahol cieľ procesu. Podobný jav môžeme sledovať aj v navigácii v živote a pri hľadaní povolania. Klient má obraz o tom, čo chce robiť a opustí poradňu ešte pod vplyvom euforizujúceho pôsobenia „tinctury alba“.

Existuje veľa zaujímavých metód, ako možno klientov podporiť pri realizácii ich vízie. Niektorí ľudia dokonca prichádzajú do poradne až v tejto fáze. Niekedy vzniká už pri prvom stretnutí s človekom pocit, že on vlastne veľmi dobre vie, čo chce.

Spomínam si v súvislosti s týmto veľmi dobre na jednu z mojich prvých klientiek. Jej vystupovanie, pohľad a na cieľ zamerané pohyby hovorili: Tu prichádza človek, ktorý vlastne veľmi dobre vie, čo chce. Takže som sa jej bez okolkov opýtal: „Čo by si robila, keby si mohla robiť to, čo chceš? Odpovedala tak rýchlo ako výstrel z pištole: „Poradkyňu pre kancelársku ekológiu“.

„Úžasný nápad“, povedal som, „a čo ti v tom bráni?“

Pozrela sa na mňa trochu iritovane a povedala: „Ale nemám predsa k tomu žiadne vzdelanie.“

„To nevádi, k tomu predsa ešte neexistuje žiadne vzdelávanie.“

„Ako sa to mám teda naučiť?“

„Čo si myslíš, že by si k tomu potrebovala vedieť?“

„Musela by som vedieť niečo o ergonómii“.

Začala vymenúvať, čo všetko by sa musela naučiť a dal som jej tipy, kde by sa tie veci mohla najlepšie naučiť. Potom som jej dal ešte adresu podľa mojich poznatkov prvého poradcu pre kancelársku ekológiu vo Švajčiarsku!

Dohodli sme sa, že sa stretneme o týždeň, aby sme konkrétnejšie dotvorili jej individuálny vzdelávací plán a šťastná odišla z mojej praxe. O týždeň neskôr sa vrátila a nahnevane sa na mňa pozrela: „Prečo si mi doporučil takú blbosť? Poradenstvo pre kancelársku ekológiu predsa nie je žiadne povolanie!“

„Prepáč, ale ten nápad bol predsa tvoj. Ja ho mimochodom považujem za dobrý.“

„Ale s tým si predsa určite nebudem môcť zarobiť na živobytie!“

Oponoval som....A takýmto spôsobom to prebiehalo ešte nejaký čas. Bol som, ako som už spomenul, ešte dosť neskúsený a preto z tohto nového vývoja zneistený. Napokon som zistil, čo sa stalo. Strela ešte v trochu euforickom stave, čo môže byť v Švajčiarsku nebezpečné, jej priateľky

a porozprávala im o svojom novom projekte. Tie reagovali prirodzene ako reagujú Švajčiari. Prvá: „Ale premyslela si si to dobre?“ Druhá: „Kto ti nasadil do hlavy takú hlúposť, veď také povolanie vôbec neexistuje.“ Tretia: „No ja si nemyslím, že sa s tým dajú zarobiť nejaké peniaze.“

Táto epizóda ma priviedla k tomu brať oveľa vážnejšie dve veci:

- Vnútorých kritikov, ktorí sa ukážu v plnej sile hneď, akonáhle začneme uskutočňovať nový projekt.
- Vzťahovú sieť mojich klientov. Vzťah k okoliu, či už prevažne odmietajúcemu alebo podporujúcemu nové projekty, je nesmierne dôležitým faktorom, nech sa už ľudia do nových projektov púšťajú alebo nie. Tým nechcem povedať, že nie je možné pustiť sa do nových projektov, keď nemáme žiadne podporné prostredie. Je však dôležité si toho byť vedomí a podľa toho sa aj primerane zariadiť.

Dnes tieto dva body zahŕňam pod heslo schopnosť zvládať konflikty. V súčasnosti mi je už jedno, či niekto ustúpi od svojich plánov kvôli vnútorným kritikom alebo ľuďom v jeho okolí. Vybojovanie konfliktov je základom zmeny a čím lepší v tom sme, tým ľahšie sa dajú naše vízie uskutočniť.

Kritici, monštrá a kazisveti

Schopnosť adekvátneho jednania s vnútornými a vonkajšími kritikmi, brzdičmi a kazisvetmi nám otvára vzrušujúcu oblasť skúseností. Skúsme teda nabráť odvahu a vyberme sa najprv na cestu do rieše vnútorných postáv.

Ako vôbec zistíme, že máme v sebe časti, ktoré nám bránia v uskutočnení našich snov? Ešte pred chvíľou tu bola jasná vízia, objavila sa schodná cesta a sprevádzal nás pocit radosti a energie. Zrazu sa vízia stratí v hmle, cesta je mäťuca a pozitívny pocit ustúpil únave a ťažobe. Čo sa stalo?

Ak budete svoje vnútro vnímať pozornejšie, všimnete si istú vec:

Pri zameraní sa na vaše ťažkosti môžete v sebe počuť kritický hlas. Ten by mohol hovoriť veci ako napríklad: „aj tak to nevieš“ alebo „na to si príliš hlúpy“ alebo „pri takom niečom si už raz padol silno na nos“, či jednoducho „zabudni na to!“ Časť postáv, ktoré nám bránia v uskutočnení našich plánov sa teda objavuje v podobe vnútorných hlasov.

Môže to byť však aj tak, že vo chvíli, keď musíte pre váš projekt prijať dôležité rozhodnutie, tak vás jednoducho prevalcuje silný pocit, napríklad smútku. Teraz sa brzdič objavil vo forme pocitu.

Niekedy sa kazisveti objavujú aj ako energetické fenomény: Pri predstave, že robíme dôležitý krok smerom k želanej budúcnosti zrazu dostaneme žalúdočné kŕče či silné bolesti hlavy.

Kritikov prvej kategórie môžeme zvládať zvyčajne najjednoduchšie. Môžeme si vypočúť ich stanoviská, reagovať na oprávnené žiadosti, nasledovať ich rady, pokiaľ nám pripadajú rozumné a zamietnuť neopodstatnené. Často tiež pomáha spýtať sa: „Prečo si myslíš, že to či ono neviem?“ „Ako inak by som mal podľa teba k tomu pristupovať?“ „Čo presne

myslíš tým, keď hovoríš, že to nemôžem?“ Určité odpovede vášho vnútorného kritika môžu byť veľmi užitočné, iné sú naozaj nezmyslami. Celkovo sa dá verbálny kritik dobre zapriať a s trochou cviku sa stáva dôležitým spojencom na našej ceste.

Ťažšie je zaobchádzať s brzdičmi, ktorí nás vrhajú do pocitov. Pocity sú uchopiteľné ťažšie než jazyk a zaobranie sa nimi vedie často k hlbokému procesu.

Močiarne monštrum

V jednej skupine som navrhol priniesť to, čo nás brzdi na pódium ako „monštra“. Jedna žena hrala „močiarne monštrum“, ktoré ju zadržalo, keď chcela zavolať, aby si dohodla termín s potenciálnym zamestnávateľom. „Močiarne monštrum“ ťahalo tú ženu neustále späť do močiara. Mal som pocit, že bolo trochu osamelé a poprosil som účastníkov skupiny, aby monštru robili spoločnosť.²² Spoločne začali „vťahovať dolu“ ďalších účastníkov tým, že ich ťahali nohami stoličiek. Toto „spoločné bahnenie“ začalo byť veľmi zábavné a tá žena potom povedala, že ju často premáhal pocit osamelosti a ten jej bránil uskutočniť isté kroky k jej profesijnej budúcnosti.

V tomto prípade šlo o láskavú podporu, ktorá problém spravila riešiteľným. Je tiež možné, že pocity, ktoré nás v takýchto situáciách zaplavujú, nie sú ani naše vlastné. Pocity smútku, ktorý vám bráni vykročiť istým smerom, môže byť smútkom vášho otca, ktorý kedysi kvôli okolnostiam doby nemohol nasledovať vlastné volanie. Keď takéto scény v kurzoch prehráme, vzniká riešenie často vo chvíli, keď sa človek postaví tvárou v tvár svojim rodičom/predkom, tpeplivo a súcítne načúva ich nárekom, no nároky s nimi spojené priateľsky a odhodlane zamietne.

Podľa mňa najťažšie sa zaobchádza s kazisvetmi, ktorých nevnímame ani verbálne, ani pocitovo. Prežívame ich skôr ako „útoky“. Útok sa deje na energetickej úrovni. Riešením je tu často schopnosť týmto energiám čeliť, na chvíľu ich do seba prijať a tak ich premeniť na niečo, čím môžeme v budúcnosti disponovať.

Nepriateľská energia

Istá žena na jednom kurze načrtla pomocou odvážnych slov a jasných gest jej profesijnú budúcnosť. O 5 minút neskôr sa opäť prihlásila k slovu. Jej hlas sa značne zmenil a jej presvedčenie sa vyparilo. Sťažovala sa na ochrnutie v ľavej ruke. Situácia mala v sebe niečo znepokojujúce. Keďže sme boli tesne pred obednou prestávkou, prácu sme prerušili a kolegyňa tú ženu zaviezla k lekárnke. Poobede sa vrátili so správou, že sa za týmto symptómom neskrývalo zjavne nič fyzické. Prinajmenšom nič, čo by sa dalo zistiť jednoduchými prostriedkami a určite nič akútne ohrozujúce.

Rozhodli sme sa popracovať na tomto symptóme na energetickej úrovni. Spýtal som sa jej teda, čo presne vo svojej ruke vníma a aký je to pocit. Povedala, že je to pocit, akoby ju niekto zo zadu držal. Postavili sme následne sochu, v ktorej sa striedavo vciťovala do roly tej, ktorá je držaná, ako aj tej, ktorá drží. V roli držiacej zakaždým získala temný a ku všetkému odhodlaný pohľad. Nechali sme ju následne ponoriť sa do tejto kvality odhodlanosti ešte hlbšie. Popisovala ten stav ako „studený“, „tvrdý“, „tmavý“ a „mocný“. Nuž zvyčajne to nie sú atribúty, na ktoré by sme boli hrdí. Nasledovala výzva ponoriť sa do tohto vnemu ešte hlbšie, nachvíľu ho úplne bez hodnotenia vnímať len ako energiu a v najlepšom prípade- aj keby to fungovalo len na sekundu - si ho užívať!

Predstava, že by sa takáto zvláštna a nezvyklá energia dala prijať do svojho vnútra a prípadne by bolo možné si ju dokonca aj užívať vyvolá často ľuďom usmev na tvári. Uvedomia si, že táto sila je niečo, čo sami vlastnia a v istom momente aj môžu použiť. Odhodlanosť a tvrdosť v tomto príklade bolo presne to, čo tá žena potrebovala, aby sa postavila svojim kritikom a urobila kroky k uskutočneniu svojej vízie. Pre toho, kto sám takýmito silami disponuje je ťažšie stať sa ich obeťou.

V šamanských kultúrach sú takéto spočiatku hrozivé energie vnímané ako spojenci. Ľudia idú do divočiny, sú konfrontovaní s energetickými silami, s ktorými musia bojovať a keď sa im ich napokon podarí premôcť, získavajú ich silu. „Trýzniví duchovia“ sa stávajú spojencami, ktorí nám pomáhajú naše úlohy zvládať lepšie.²³

Tieto sily stretávame často v krízach a obdobiach prechodu. V detstve sídli v našich nočných morách a neskôr sa objavujú ako stavy úzkosti či telesné symptómy. Vždy, keď sa odhodláme k tomu, uskutočniť niečo skutočne nové, sa aktivujú naše staré vzorce. Lov na spojencov začína odznova.

Tieto zápasy sú veľkou výzvou a nie vždy je pre ne vhodná doba. Musíme sa vzdať príliš úzkych predstáv a otvoriť sa tomu, že my sami môžeme byť nádobami pre energie - ako je napríklad chlad, pod ktorými sme možno v skorších fázach nášho života trpeli.

Energia, ktorá k nám priteká z budúcnosti, z vízie nám prepožičiava potrebné nadšenie sa k tomuto zápasu odvážiť. Všimol som si, že terapeutické procesy vytvárajú neskutočnú dynamiku, keď v nich ľudia začnú brať do úvahy aj budúcnosť.

Podporný výbor

Pri uskutočňovaní našich cieľov sme závislí na našom bezprostrednom sociálnom okolí. Z neho k nám a našim projektom prúdi potrebná sociálna sila. Tu získavame podporu, ktorú potrebujeme, aby sme žili svoje sny.

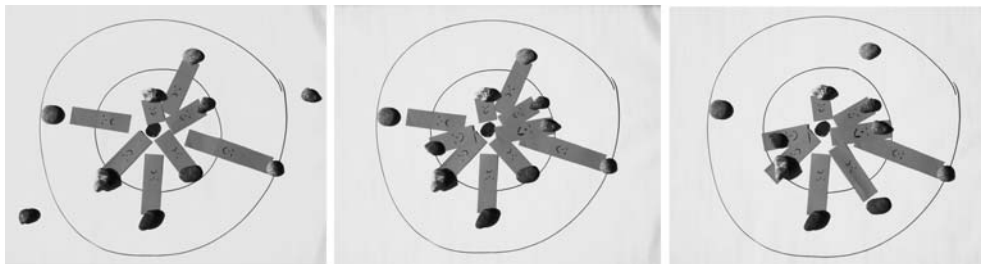
Často nás však naše sociálne okolie aj brzdí. Pre nové projekty je dôležité, aby sme si vytvorili uvedomenie nášho okolia a naučili sa pracovať na kvalite vzťahov.

Skúste si napríklad vytvoriť zoznam ľudí, ktorí majú v tejto chvíli na vás najväčší vplyv. Často to nie sú len naši najbližší partneri a priatelia, ale

aj časti našej rodiny, z ktorej pochádzame. Tento zoznam môžete znázorniť na liste papiera: Nakreslite samého/samú seba uprostred a ľudí zo zoznamu rozostavte okolo seba tak, že ich blízkosť bude predstavovať silu ich vplyvu. Často tiež používam len veľký list so sústrednými kruhmi. Ľudí znázorňujem pomocou kameňov, ktoré som zozbieral na brehu rieky.

Teraz si predstavte, že ste sa rozhodli vo vašom živote uskutočniť zmenu. Zistili ste, čo vás poháňa, čo je pre vás dôležité a máte jasný obraz budúcnosti, ku ktorej sa oplatí kráčať. Teraz si predstavte, ako kráčate k jednotlivým ľuďom z vášho zoznamu a oznamujete im, k čomu ste sa rozhodli a aké sú vaše plány. Získate pritom bezprostrednú predstavu, ako dotýčny človek na vaše oznámenie zareaguje. Je nadšený? Spýtal by sa vás, ako by vám mohol pomôcť? Alebo by bol zhrozený a povedal by niečo v zmysle: „Odkiaľživa si mal takéto bláznivé nápady, nie je už pomaly načase dospieť a pozrieť sa realite do očí?“ Je ohromujúce, s akou jasnosťou môžeme reakcie nášho okolia predpovedať, a aj keby sme sa v tom či onom posúdení mylili, aj keď nejaká nám blízka osoba reaguje negatívne iba v našich predstavách, bude mať táto negatívna reakcia vplyv na naše plány.

Teraz môžete pozitívne a negatívne vplyvy z vášho zoznamu zaznačiť do vášho papiera. Aby ste dosiahli plus v pozitívnych vplyvoch, máte prinajmenšom dve možnosti: môžete na negatívnych vplyvoch pracovať. To sa dá robiť rovnakým spôsobom, ako práca s verbálnymi vnútornými kritikmi, alebo zosilníte pozitívne sily tým, že do svojho zoznamu pridáte ďalších ľudí, o ktorých viete, že vás vo vašich nových plánoch podpora.



Obrázok 21

Podporný výbor: Znázornenie nášho brzdiaceho a podporujúceho prostredia v súvislosti s nejakým projektom. 1. Počiatočný obraz, 2. S dvomi novo pridanými vzťahmi, 3. S dvomi vyjasnenými vzťahmi (Nepřítomnosť línie znamená, že dotýční ľudia sú voči môjmu projektu neutrálni.)

Chyt' ten klobúk!

Čo treba, aby sme z druhých ľudí spravili partnerov pri uskutočňovaní našich vízií? Najhorší variant nazývam „Chyt' ten klobúk!“, pretože mi to pripomína tú známú detskú hru. Všetci pobejú dookola a snažia sa svoju víziu nasadiť druhým na hlavu. Keďže však väčšina ľudí nemá radosť z toho stať sa nástrojom niekoho druhého, nie sú naše snahy veľmi úspešné. Väčší úspech je zaručený vtedy, keď sa k druhým priblížime tak, že ich jemne privedieme k rozprávaniu o ich vlastných snoch a víziách. Možno sa nám podarí v pozadí našich vízií nájsť niečo spoločné. Umenie snívať spoločne

prináša šťastie. Väčšina vízií, ktoré sú hodné nasledovania tak či tak nepatria len nám samotným.

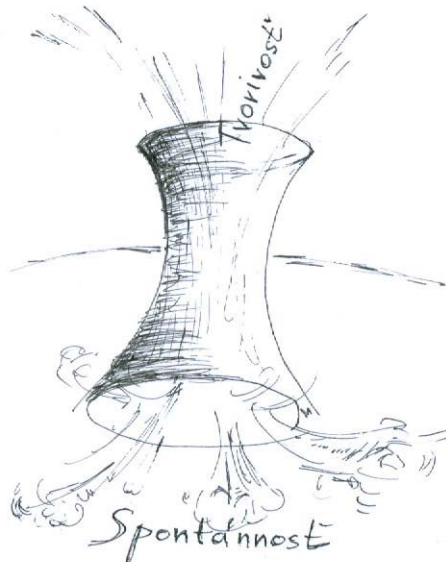
Spontánnosť

Od stredovekých alchymistov pochádza veľa podobenstiev, ktoré „Veľké dielo“ zahŕňujú do obrazov. Zväčša príbeh začína opisom krajiny, ktorá sa stala neplodnou, pretože sa páriło rovnaké s rovnakým (chýbajúca tvorivosť) namiesto toho, aby sa zjednotili protiklady. Niekedy je to aj kráľ (vedomie), ktorý ochorie a trpí (duševnou) neplodnosťou. Podľa Ripplaeusa²⁴ riešenie prichádza návratom do matrice, kde sa chorý kráľ rozpustí (NIGREDO) v (nevedomej) PRIMA MATÉRII. Napokon ho znovu matka porodí ako dieťa, ktoré sa rovná mesiacu (ALBEDO) a potom prechádza do lesku slnka (RUBEDO). Toto dieťa sa stáva novým kráľom a prichádza ako veľký liečiteľ všetkých chorých a najvyšší triumfátor. (Prekonal krízu a dokáže svoju novozískanú tvorivosť uplatniť vo svete. Tým pomáha nielen sebe, ale stáva sa aj liečiteľom pre svet).

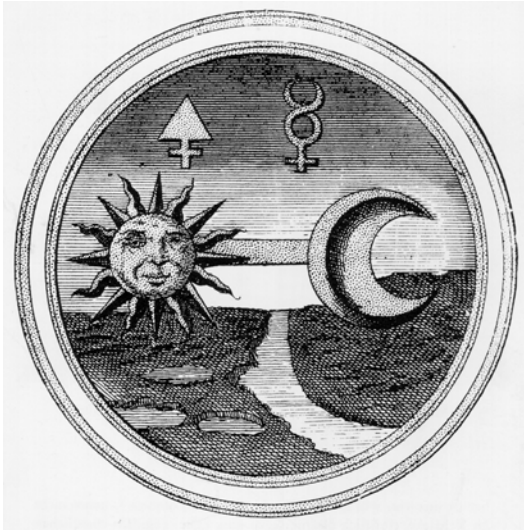
Doteraz sme sa pozerali na to, čo nám bráni uskutočňovať naše plány. Čo je ale ten slnečný stav, ktorý je označovaný ako RUBEDO? Aké kvality sú s ním spojené? V mnohých alchymistických textoch je mesačný stav spájaný so slnečným. Nie sú to však jednoducho dve fázy jedného procesu. „Biele a červené sú kráľovná a kráľ, ktorí aj v tejto fáze môžu oslavovať ich „nuptiae chymicae“ (chemickú svadbu).“²⁵ ALBEDO sme priradili k imaginácii a tvorivosti. RUBEDO má zrejme najbližšie k spontánnosti. Ale v čom spočíva súvislosť týchto dvoch kvalít?

Spojenie medzi tvorivosťou a spontánnosťou si predstavujem ako kanál, cez ktorý prichádza do sveta zmena. Vchod tohto kanála je miestom tvorivosti a východ je miestom spontánnosti. Kanálmi sme samozrejme my sami. Sú obdobia, v ktorých sme veľmi inšpirovaní, no do uskutočnenia našich vízií vkladáme len málo praktickej zručnosti. Hore tečie príliš veľa dovnútra a dole vyteká málo. Z toho vzniká tlak. Množstvo tvorivých ľudí pozná ten pocit, že sa tvorivosť môže nahromadiť a potom sa s jedným náhlym posunom spontánne vyleje do diela.

Obrázok 22
Spojenie tvorivosti a
spontánnosti



V iných obdobiach je dolná časť naplno otvorená, ale hore vteká len málo. Vzniká prázdnota. Tvorivosť a spontánnosť patria obe k procesu zmeny a musia byť vyvážené, aby tiekla „večná voda“.



Obrázok 23
Sulphur ako slnko, Mercurius ako
Mesiac premošťujú riekou „večnej vody“

Ak nám bráni na začiatku procesu impulzívne „jednoducho niečo urobiť“ v tom, venovať sa meditatívnemu „imaginatio“, môže nám snom podobný, tvorivý a inšpirujúci stav „ALBEDO“ zabrániť byť aktívnymi vo svete. Na uvoľnenie tvorivých procesov je potrebný „zásah“ spontánnosti.²⁶ Z toho vyplýva zaujímavá paralela k „RUBEDU“. Krv, oheň života, musí oživiť „lunárne“ obrazy, aby mohla tvorivosť prúdiť do každodenného sveta.

Spontánnosť vznikla z vývojového a historického pohľadu ešte pred sexualitou. V našej kultúre je však značne brzdená a zbavovaná odvahy. Niektorí vedci sú dokonca presvedčení, že „veľká časť ľudskej psychopatológie a sociopatológie môže byť pripísaná nedostatočnému vývinu spontánnosti.“²⁷

Spontánnosť je miesto, kde sa svet a ľudská tvorivosť adekvátnym spôsobom stretávajú.²⁸

Keď sa nám podarí uskutočniť naše vízie, všetky zložky sa vzťahnu k vlastnej úcte. Tým získava naša osobná vízia význam pre svet. Pod vplyvom obnoveného vedomia sa môžu veci spontánne usporiadať.



Obrázok 24
Kozmologické znázornenie ročného
cyklu ako „coniunctio“ (spojenia)
Sol a Luny (slnka a mesiaca). Forma
mandaly je vyjadrením novo
získaného rádu.

Epilóg

Doteraz sme sa tváрили, akoby v navigácii pri hľadaní povolania existoval proces s viacerými oddelenými fázami. To je samozrejme veľké zjednodušenie. V skutočnosti máme dočinenia s oveľa komplexnejšími pohybmi. Proces ide dopredu a dozadu, pohybuje sa viackrát cez rovnaké body, ktoré druhý krát už preda len nie sú rovnakými a špirálovito sa točí dookola. Víťazstvo leva, ktoré môžeme prežívať vo fáze RUBEDA tiež nie je koncom. Zväčša skôr než neskôr sme opäť konfrontovaní s neistotou, strácame kontakt s našou vlastnou inšpiráciou a schopnosťou čeliť vnútorným kritikom. Opäť sa sťahujeme späť a ostražito čakáme na signály sveta. Nakoniec inšpiráciu znovu nachádzame. Často na mieste, kde by sme ju očakávali najmenej.

Alchymia fascinovala po vyše dve tisícročia tým, že sa vždy podarila len skoro, a presne to by mohlo byť kľúčom k pochopeniu nášho života. OPUS MAGNUM, na ktorom pracujeme, je náš život a budeme prežívať vrcholy a momenty víťazstva. Tieto okamihy však pominú a nakoniec si uvedomíme, že náš život, odmeraný podľa mier a možností sveta, sa vždy iba *skoro* podarí. Toto zlyhanie však nie je žiadnou prehrou, ale integrálnou súčasťou hry života. Táto múdrosť je posledným tajomstvom alchymistky a trochu vysvetľuje to jemné trblietanie v jej očiach...

Navigácia v živote a pri hľadaní povolania ako sieť

Témou tejto knihy je navigácia v živote a pri hľadaní povolania. Je to trochu nešikovný pojem. Má však výhodu v tom, že je nový. Nie je zaťažený a dá sa preto dobre spojiť s obsahmi, ktoré sú pre mňa v tejto súvislosti dôležité.

Vo Švajčiarsku už dlhšie existuje pojem Laufbahnberatung - kariérové poradenstvo. Ten je však v Nemecku a Rakúsku prakticky neznámy. V Nemecku sa „kariéra“ (Laufbahn) používa len v súvislosti s „úradníckou kariérou“ a ďalej rozšírené z anglického odvodené „kariérové poradenstvo“ (Karriere-Beratung) má nádych ctižiadostivosti, postupu a manažmentu.

Naproti tomu profesijné poradenstvo (Berufsberatung) je niečo určené výhradne mladým ľuďom, ktorí stoja pred rozhodnutím o ich ďalšom vzdelaní. Svet práce sa však stal komplexnejším a podiel dospelých v poradniach k téme povolanie v posledných rokoch kontinuálne vzrástol. Súvisí to istotne aj s tým, že klasická kariéra už prakticky neexistuje. Dnes stretáme čoraz menej ľudí, ktorí ostávajú verní ich zdedenej profesijnej oblasti až po zaslúženú penziu.

Pojem „Navigácia v živote a pri hľadaní povolania“ používam už 5 rokov. Podobne ako mnoho iných poradcov a poradkýň hľadám metódu práce, ktorá podporuje súčasne vnútorný rast, aj vonkajšiu navigáciu vo svete povolaní. To ďaleko prekračuje čisto pracovnú oblasť. Kvality, ktoré hľadáme v živote, chceme často uskutočňovať nielen v osobnej, ale aj pracovnej oblasti. Rovnováha života a práce preto patrí taktiež do oblasti tém v poradenstve, ako aj moderné formy projektovej práce a rozličné formy samostatnosti. Objavuje sa aj téma príslušnosti k rodine alebo k väčším spoločenstvám. Poradenstvo sa ocitá v medzisvete. Nie je ani psychoterapiou, ktorá často neprekračuje citový život, ani koučingom, kde v popredí stojí dosahovanie jasných vonkajších cieľov.

K tomu, čo nazývam „Navigácia v živote a pri hľadaní povolania“ vzniká už nejakú dobu sieť. Tá však nemá žiadnu organizačnú štruktúru a možno je to tak aj dobre. Je však určite zmysluplné, keď ľudia, ktorí zdieľajú podobnú víziu práce viac spolupracujú. Najznámejším exponentom tejto siete je dozaista Frithjof Bergmann. Jeho prístup sa nazýva „Nová práca“ (New work). V mnohých krajinách sú ľudia, ktorí pracujú na vytváraní konkrétnych projektov a formulovaní politických požiadaviek, napríklad štipendií pre ľudí, ktorí robia to, čo naozaj, naozaj chcú.

„Alchýmiu“ chcem ponúknuť ako symbol pre to, čo v otázkach o výbere povolania a vytvárania života často chýba. Pred mnohými rokmi som si myslel, že som jediný, kto vníma tento nedostatok. Všetci ľudia okolo mňa sa zdali byť so svojou prácou a tvorením kariéry viac menej spokojní. Až keď som začal s najrozličnejšími ľuďmi hovoriť o týchto otázkach hlbšie, uvedomil som si, že sa tu jedná o ducha doby. Bol to oslobodzujúci pocit, že s mojimi problémami nie som sám.

Na záver tejto knihy by som rád ešte raz zhrnul body, ktoré sú pre mňa v navigácii v živote a pri hľadaní povolania dôležité. Tieto heslá majú samozrejme moje celkom osobné zafarbenie. Pri čítaní by sa vaša pozornosť mala preto aj trochu zamerať na to, čo stojí v pozadí slov ako pocit:

Práca:

- môže byť zábavná
- môže mať niečo spoločné s povoláním
- môže vytvárať spoločenstvo
- by sa nemala nechať redukovat' na kritériá fungovania

Aby sa to uskutočnilo, potrebujeme:

- odvalu
- podporu druhých
- humor a tvorivé zaobchádzanie s existujúcimi pracovnými štruktúrami

Sieť ľudí, ktorí sa venujú podpore ľudí na ceste k tejto „novej“ práci by mala:

- robiť radosť
- sprostredkovať poznatky
- hore popísaný postoj transportovať a tematizovať
- byť preniknutá istou ľahkosťou
- byť sama nádržou tejto novej práce

Ak ste s týmito výrokmi v rezonancii, patríte -možno bez toho, aby ste o tom vedeli- do siete obopínajúcej celý svet. Ako môžem tvrdiť niečo také? Domnievam sa, že duchovia doby majú v sociálnej skutočnosti charakter sietí. Vo chvíli, keď začneme s druhými hovoriť o našich potrebách a víziách, môžu dovedy neuchopiteľní duchovia doby vďaka vzťahovým sieťam začať konať.

Jednou z možností ako sa viac dozvedieť o časti tejto siete, v ktorej sám aktívne spolupracujem, je navštíviť internetovú stránku www.berufsnavigation.net. Na stránke www.fairwork.com je zbierka konkrétnych cvičení, ale aj kurzov a poradní, ktoré sa vzťahujú k témam tejto knihy.

Poznámky

* pozn. prekladateľa: Pozri Jung, C.G.: *Výbor z díla sv. VI, Představy spásy v alchymii*. Nakl. Tomáše Janečka, Brno 2000, s. 206-208) pre alchymistický citát zo spisu *Cantilena Georgii Ripplaei*.

** pozn. prekladateľa: „Genossenschaft“: spoločenstvo fyzických a právnických osôb, ktoré vedú podnik spoločne a s rovnakými právami.

*** pozn. prekladateľa „Unwort des Jahres“: Každoročne sa konajúce podujatie pod záštitou nemeckých jazykovedcov hľadajúce slová či formulácie používané v bežnom jazyku, ktoré sú neprimerané či dokonca porušujú ľudskú dôstojnosť.

¹ Na starých rytinách a obrazoch sú často znázornení muži a ženy v alchymistickej dielni spolu. Väčšinou je pritom žena interpretovaná ako „pomocníčka“ muža, boli však aj aktívne alchymistky. Ranný alchymistický text k mýtu o vzniku alchýmie pojednáva o tom, ako Isis, ženská bohyňa, získava tajomstvo alchýmie od anjela. Podelí sa oň neskôr so svojím synom Horusom. (Viac k tomu u Marie-Louis von Franz, *Alchemy*, Toronto 1980 s. 45). V tejto knihe teda hovorím o alchymistke.

² *Ich und Du*, In: Martin Buber: *Das Dialogische Prinzip*, Gerlingen, 8. Aufl., 1997, s.62 (česky pozri *Já a Ty*, Votobia, Olomouc 1995, s.49)

³ „East Coker“, č.2 z *Four Quartets*, In: T.S.Eliot: *Collected Poems 1909-1962*, London 1963. Unautor. Preklad do nemčiny: Thomas Diener, Preklad do slovenčiny: Andrej Jeleník. Nemecká verzia napr. In: *Gesammelte Gedichte 1909-1962*, Frankfurt am Main, 2. Vyd. 1988, s.296, anglická verzia napr.: www.tristan.icom43.net/quartets/coker.html

⁴ Herminia, *Coraçon Leve* (CD, Mélodie 670052; 1998), Hudba/Text: Vasco Martins. Preklad z creolo do nemčiny: Thomas Diener, Preklad do slovenčiny: Andrej Jeleník

⁵ Alchýmia, aj keď zrejme vznikla niekedy v prvých storočiach po Kristovi, sa odvoláva v mnohých mýtoch o jej počiatku na to, že je prastarým umením, ktoré pochádza z prastarých čias. A v skutku vo všetkých známych smeroch alchýmie nachádzame stopy šamanizmu a rituálov archaickej metalurgie (Porovnaj *Auf der Suche nach dem Stein der Weisen*, Hans-Werner Schütt, 2000, s.541).

⁶ Joan Halifax, *Die andere Wirklichkeit der Schamanen*, Bern 1981

⁷ "Traumlabor-Psychodrama". Záverečná práca k titulu lektor psychodrámy na švédskom Moreno-Inštitúte pod vedením Leif Dag Blomquista, 1997.

⁸ V Švajčiarsku nájdete veľa nápomocných informácií v profesijno-informačných centrách (Berufs-Informationen-Zentren; BIZ), v Rakúsku v servisoch trhu práce (Arbeitsmarkt-Service; AMS) a v Nemecku v pracovných agentúrach (Arbeitsagenturen). Navyše odporúčam knihu Richarda Nelsona Bollesa: *What Color is your Parachute?* Patrí medzi najosviežujúcejšie tituly, aké len môžete nájsť v kníhkupectvách k tejto téme. V nemčine má menej lákavý názov *Durchstarten zum Traumjob*.

⁹ Richard Nelson Bolles: *Durchstarten zum Traumjob*, Frankfurt am Main, 2002 (česky *Jaké Barvy je tvůj padák?* Pragma, Praha 1998)

¹⁰ Johannes vom Kreuz, *Die Dunkle Nacht*. Nový preklad a vydanie Ulricha Dobhana OCD u.a. vyšiel 1995 vo Freiburgu. (česky sv. Jan od Kříže, *Temná noc*, Karmelitánské nakl. 1995)

¹¹ Existujú tu zjavné paralely s opisom vlastností kmeňových buniek v biológii.

¹² V mnohých afrických kmeňových kultúrach sa pýtajú dieťaťa už v materskom lone (pomocou šamanských techník tranzu), prečo sa teraz inkarnuje do kmeňa a aké zvláštne schopnosti prináša. (Pozri Malidoma Somé, *Die Weisheit Afrikas*)

¹³ Do 1 roku života má dieťa schopnosť vydávať všetky zvuky, ktoré sa vyskytujú v rôznych jazykoch tohto sveta. Potom sa už zameriava len na tie, ktoré počuje vo svojom okolí. Schopnosť vytvárať množstvo rozličných zvukov sa pomaly stráca.

¹⁴ Ľudia, ktorí veria v reinkarnáciu, to majú v tomto bode ľahšie. Lepšie sa vedia vyrovnáť s myšlienkou, že v tomto živote nedokážu rozvinúť svoj celý potenciál. Obmedzenie je menej definitívne: V ďalšom živote bude dostatok priestoru pre ostatné aspekty osobnosti.

¹⁵ Citát od Ádžana Ča z knihy Jacka Kornfielda: *Frag den Budha und geh den Weg des Herzens* (Spýtaj sa Buddhu a kráčaj cestou srdca), München, 1995, s.47

¹⁶ Porovnaj Marie-Louis von Franz, *Alchemy*, Toronto 1980

¹⁷ Samozrejme že som vôbec netušil, či to, čo som cítil má niečo spoločné s ňou. Vychádzal som z toho, že pri sprevádzaní ľudí nemôžeme spraviť skoro žiadne chyby, pokiaľ postupujeme opatrne, nevtiahneme ich do tlaku našich očakávaní a pozorne sledujeme účinok našich intervencií. Ak by tá žena na moje „divadlo“ nereagovala, nechal by som to jednoducho tak a vyskúšali by sme iný smer.

¹⁸ Často narazíme na fascinujúce podobnosti mien a činností, až donedávna som ich však považoval za náhody: No jedna americká štúdia tvrdí, že skutočne existuje štatistický vzťah medzi voľbou povolania a znením nášho mena. Napríklad v New Yorku je signifikantne viac zubárov (anglicky Dentists) s menom Denis, než je normálne štatistické rozloženie.

¹⁹ Z časti „Imagination“ básne *New Year's Eve* škótskeho spisovateľa/básnika Johna Davidsona (1857-1909)

²⁰ Dr. Max Schüpbach, procesorientovaný terapeut, ktorý ponúka vzdelávanie v sprevádzaní umierajúcich ľudí zozbieral vo svojej praxi množstvo takýchto príkladov.

²¹ Bertold Brecht, *Me-ti, Buch der Wendungen*, Frankfurt am Main, 1969, s.92

²² Spomenul som to už v predošlej ukážke prípadu, no pripadá mi to dostatočne dôležité na to, aby som to ešte raz pripomenul: Po intuitívnych intervenciách by sme mali veľmi pozorne sledovať, ako daný človek aj skupina na ne reagujú. Keď nedostaneme jasnú spätnú väzbu, že sme na správnej ceste, mali by sme jednoducho od našich hypotéz upustiť.

²³ V príbehoch Carlosa Castañedu o jeho stretnutiach s Jakijským indiánom môžeme nájsť pôsobivý opis takéhoto procesu: “Keď človek stretne spojenca, darcu tajomstiev, musí pozbierať všetku svoju odvahu a chytiť ho skôr, než on chytí jeho, alebo ho začať prenasledovať skôr než on jeho. Lov musí byť nemilosrdný a potom nasleduje zápas. Človek musí zápasiť s duchom, pritlačiť ho k zemi a držať ho tam dovedy, až kým mu nevydá

silu.“ In: Carlos Castañeda, *Die Andere Wirklichkeit*. Frankfurt am Main 2003, s.249 (česky *Oddělená skutečnost*, Volvox Globator, Praha 1993, s.199)

²⁴ George Ripley (Georgius Riplaeus, 1415-1490), anglický alchymista a lékař, v jeho diele *Chymnischen Schriften*, Erfurt 1624

²⁵ C.G. Jung, *Erlösungsvorstellungen in der Alchemie*, Olten 1985, s.12f (česky Výbor z díla sv. VI, *Představy spásy v alchymii*. Nakl. Tomáše Janečka, Brno 2000)

²⁶ Táto definícia spontánnosti pochádza od J.L. Morena, zakladateľa psychodrámy

²⁷ Jakob L. Moreno: *Psychodrama und Soziometrie*, Köln 1989

²⁸ Podstata konceptu spontánnosti spočíva v pojme „adekvátne reakcia“, čo znamená, že je s tým spojené aj hodnotenie. Spontánnosť je teda interpersonálna. To, čo je adekvátne sa spája s istým druhom emócie vo vzťahu k Ja a prostrediu. Blomkvist, L.D.: *Das therapeutische Agens und der Psychodrama-Regisseur in der Gruppentherapie*.

Použitá literatúra

- Bettelheim, Bruno: *Kinder brauchen Märchen*, München, 1971
- Blomkvist, Leif Dag: „*Das therapeutische Agens und der Psychodrama-Regisseur in der Gruppentherapie*“ (nepublikovaný manuskript)
- Bolles, Richard Nelson: *Durchstarten zum Traumjob*, Frankfurt am Main, 2002 (aktualizované, prepracované a rozšírené vydanie) (česky *Jaké Barvy je tvůj padák?* Pragma, Praha 1998)
- Castaneda, Carlos: *Eine andere Wirklichkeit. Neue Gespräche mit Don Juan*, Frankfurt am Main, 1998, 26. Vydanie 2003 (česky *Oddělená skutečnost*. Volvox Globator, Praha 1996)
- Diener, Thomas: „*Traumlabor- Psychodrama*“, Zürich, 1987 (nepublikovaná závěrečná práce)
- Edinger, Eduard F.: *Anatomy of the Psyche*, Illinois, 1985
- Franz, Marie-Louise von: *Alchemy. An Introduction to the Symbolism and the Psychology*, Toronto, 1980
- Grof, Christina a Stanislav: *Die stürmische Suche nach dem Selbst*, München, 1991 (česky *Nesnadné hledání vlastního Já*, Chvojko nakl. 1999)
- Guggenbühl-Craig, Adolf: *Von Guten des Bösen. Über das Paradoxe in der Psychologie*, Zürich, 1992
- Halifax, Joan: *Die andere Wirklichkeit der Schamanen*, Bern, 1981; úplne prepracované vydanie: Freiburg, 1999
- Johnson, Robert, A.: *Ekstase, eine Psychologie der Lebenslust*, München, 1991
- Jung, C.G.: *Die Psychologie der Übertragung*, Olten, 1972 (česky *Výbor z díla sv. III, Osobnost a přenos*. Nakl. Tomáše Janečka, Brno 2000)
- Jung, C.G.: *Erlösungsvorstellungen in der Alchemie*, Olten, 1985 (česky *Výbor z díla sv. VI, Představy spásy v alchymii*. Nakl. Tomáše Janečka, Brno 2000)
- Jungk, Robert a Norbert R. Müllert: *Zukunftswerkstätten. Mit Phantasie gegen Routine und Resignation*, München, 1989
- Kornfield, Jack: *Frag den Buddha und geh den Weg des Herzens*, München, 1995

Leutz, Grete: *Das klassische Psychodrama nach J.L. Moreno*, Berlin, 1986; dotlač 1986

Maslow, Abraham H.: *Psychologie des Seins*, München, 1974; Frankfurt am Main, 1997 (slovensky *Ku psychológii bytia*. Persona, Modra 2000)

Mindell, Arnold: *Dreambody*, Los Angeles, 1982 (česky *Snové tělo*, Nakl. Tomáše Janečka, Brno 1993)

Moreno, Jakob L.: *Psychodrama Vol.3*, Beacon (N.Y.), 1969

Moreno, Jakob L.: *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*, Stuttgart, 1988, 5 vydanie, 1997

Moreno, Jakob L.: *Psychodrama und Soziometrie*, Köln, 1989, 2.vydanie, 2001

Petzold, Hilarion; Ilse Orth (Eds.): *Die neuen Kreativitätstherapien*, Paderborn, 1990

Schein, Edgar H.: *Karriereanker- Handbuch. Die verborgenen Muster in ihrer beruflichen Entwicklung*, Trainer-Leitfaden, Darmstadt/München, 1992

Schütt, Hans-Werner: *Auf der Suche nach dem Stein der Weisen*, München, 2000

Somé, Malidoma: *Die Weisheit Afrikas*, München, 2001

Watkins, John M.: *The Live of the Alchemystical Philosophers*, London, 1995

Obrazové zdroje

- Obrázok 1: Mutus Liber, la Rochelle 1677, Tabuľka 5
Obrázok 2: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 3: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 4: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 5: H. Jamsthaler, Viatorium spagyricum, Frankfurt am Main 1625, s.27
Obrázok 6: De summa et universalis medicinae sapientiae vetrum philosophorum (18.storočie), Ms. 974, Fig. 18, Bibliothèque de l' Arsenal, Paris
Obrázok 7: Mutus Liber, la Rochelle 1677, Tabuľka 15
Obrázok 8: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 9: J.D. Mylius, philosophia reformata, Frankfurt am Main 1622, s.243, Fig.6
Obrázok 10: Splendor Solis (1532), bpk/Oddelenie rukopisov, Staatsbibliothek Berlin
Obrázok 11: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 12: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 13: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 14: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 15: Aurora consurgens (15. storočie) Ms.Rh.172, f.36r, Zentralbibliothek Zürich
Obrázok 16: Mutus Liber, la Rochelle 1677, Tabuľka 4
Obrázok 17: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 18: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 19: Splendor Solis (1532), bpk/Oddelenie rukopisov, Staatsbibliothek Berlin
Obrázok 20: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 21: Foto Thomas Diener (2006)
Obrázok 22: Grafika, Andrej Jeleník (2008)
Obrázok 23: J.C.Barchusen, Elementa chemicae, Leiden 1718, Imprimés R.6927, Fig.9
Obrázok 24: Rukopis (12.storočie), cod.hist.fol. 415, fol 17v., Württembergische Landesbibliothek, Stuttgart