

**Thomas Diener**

# **ESENCIA PRÁCE**

**Alchýmia navigácie pri hľadaní povolania**

**2007**

Toto je ukážka niektorých kapitol z knihy Thomasa Dienera: *Esencia práce. Alchýmia navigácie pri hľadaní povolania*.

Nemecký originál knihy vyšiel pod názvom:  
Diener, Thomas: *Essenz der Arbeit. Die Alchemie der Berufsnavigation*  
Arbor Verlag, Freiamt, 2006, 120s.  
Preklad © Andrej Jeleník, 2007

Pre vnútornú potrebu českej a slovenskej komunity procesorientovanej psychológie ([www.processwork.sk](http://www.processwork.sk)).

Táto publikácia (ukážka) je chránená autorským právom a môže byť používaná len na osobné, nekomerčné účely so zachovaním všetkých vyhlásení o vlastníctve a autorských právach

# Obsah

## Predslov

### 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 v živote a pri hľadaní povolania

##### Úvod

##### PRIMA MATÉRIA

Životopis

Rozhovor

Zámer

Obuvník, ostaň pri svojich kopytách

Driemajúci potenciál

Záľuby a schopnosti

Spätná väzba

Rozprávanie príbehov

Životné skúsenosti

Vzdelávací výbor

Silné a slabé stránky

Svety

Výhľad

## **NIGREDO- Sedenie na vajciach**

Pec

Posad' 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 sieť**

**Odkazy**

**Použitá literatúra**

**Obrazové zdroje**

## PREDSLOV

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 sa stal pomaly a nebadane čoraz šedivejším a začínate sa báť momentu, kedy sa všetko zastaví. Túžite po pocite nadšenia a radosti zo života, ktorú ste poznali, po obdobiach, kedy bol váš život ešte dobrodružstvom.

Obzeráte sa po ľuďoch, ktorí vám dávajú poukazy na to, 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 ti váš dom dáva bezpečie. Chráni vás pred chladom a dažďom. Poobzeráte sa a zbadáte tiež druhých ľudí sedieť v ich domovoch. Steny sú však tvrdé a pevné a chýba vám prekvapenie a perlivý život.

Potom stretnete vojvodu. Odporúča vám vybrať si pozemok, ktorý sa oplatí dobyť. Musíte si vytvoriť jasnú stratégiu a zvoliť taktiku, od ktorej očakávate najlepší účinok. Učíte sa v zaobchádzaní so zbraňami, žijete zdravo a udržujete sa fit. Máte cieľ a ten vám dáva energiu. Ale raz začnete nad svojim cieľom pochybovať. Všimnete si, že sa ho držíte menej z presvedčenia, ako skôr zo strachu pred prázdnotou: 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: Hrdinský lesk sa pomínul.

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

Naučí vás vyrábať elixír života- tinktúru, ktorá vás vždy oživí a ktorá privádza všetky telá k ich vlastnej úcte.

---

\* 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 alchémie pojednáva o tom, ako Isis, ženská bohyňa, získava tajomstvo alchémie od anjela. Podelí sa oň neskôr zo svojím synom Horusom. (Viac k tomu u Marie-Louis von Franz, *Alchemy*, Toronto 1980 s. 45). V tejto knihe teda hovorím o alchymistke.

## 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 prijímacie skúšky pre učiteľské štúdium. Skúšky 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, cítia sa 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 s 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 výmeny 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 v živote a v práci 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 jeho 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 v práci 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, skúšobne sa vžime 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 tom spôsobe, akým prežívali svet. Niečo z toho sa ukázalo byť omylom. Iné – z väčšej časti v psychologickkej ako prírodovednej oblasti- svoju relevantnosť nestratilo.

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 z ríše minerálov? Nedozerávajú kovy vo vnútri zeme a nestávajú sa tam tajomnými ale prirodzenými procesmi ušľachtilejšie? Možno by bolo možné takýto vývoj v laboratórnych podmienkach urýchliť tak, 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 alchýmie) 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. Len povolaný ich mohol rozlúštiť..

Počas stáročí, v ktorých bola alchýmia 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 alchýmiu obklopovalo sa neustále zmiešavalo s profánnou chamtivosťou za peniazmi na jednej strane a hlúposťou na druhej.

Popri materiálne 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 rozdelenie medzi duchom a hmotou je dieťaťom moderny a preto neprekvapí, že alchýmia v jej tajomnom medzislveti, v ktorom sa vnútorná a vonkajšia premena vzájomne podmieňovali a medzi sebou prenikali dokázala tak dlho prežiť.

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

## **Triezvy svet**

Nieje 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 nechce ísť späť 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 dobre ako nikdy a predsa: Čoraz viac ľudí trpí pocitom, že ich práca nemá žiaden zmysel. Niekde na ceste do 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 mojej mladosti som prežíval svet práce a život ako tesne prepojené. Obchodík s potravinami mojich rodičov nám niekedy slúžil aj ako priestor na hranie. Istým spôsobom som na príklade mojich rodičov zažil prácu ako „zmysluplnú“ slobodne určenú činnosť a nie iba ako splnenie dopredu danej funkcie. Moje vzdelanie za obchodníka v reklame som skončil so zmiešanými pocitmi. Reklama ma síce zaujímala, ale kancelársky svet ako celok mi pripadal umelý. Rýchlo som si uvedomil, že v „hospodárstve“, ako som ho zažíval tam vládne úzka definícia vzťahov a že kritériom k úspechu nieje spokojnosť mňa ako osoby, ale fungovanie v dopredu danom rámci. Po tejto skúsenosti som vtedy radšej po ukončení vzdelania pracoval v samostatne



spravovanom podniku. Tam som zažil, že práca môže byť aj zábavná. Tá činnosť nebola síce 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 krátky 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 prispôsobiť 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. Dostal som telefonáty od množstva ľudí zo všetkých povolání a vrstiev, ktorí hľadali zmyslom naplnenú činnosť. Títo ľudia mi rozprávali o svojich ťažkostiach s čítaním oznamov o ponuke pracovného miesta a o ťažkostiach cítiť sa ako človek, keď ide o to stať sa 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 nám stratil ten cit pre zmysel? Na ceste k materiálnemu blahobytu sme sa naučili si svet definovať na základe toho, ako ho možno využiť. Z nádherných voľne stojacich jabloní sa pritom stali správne zastrešené špalierové stromy. Účinnosť jednoduchého zberu úrody je pre nás dôležitejšia ako voľný rast.

To je možno pochopiteľné na plantáži jabloní. Čoraz hlbšie sa však toto myslenie o využívaní vecí zakorenilo v našom každodennom svete: priamo do našich vzťahov a práce. Porota, ktorá každý rok vyberá z celého radu poslaných návrhov „Unwort 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 hľadiská.

Oblasť, v ktorej nás výhradné premýšľanie jedine o 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, ktorému sme vo svete práce vystavení, aby sme fungovali sa odráža v praxi mužov a žien, ktorí by nám a našim snom a prániam mali pomáhať pri rozhodovaní o našom pracovnom živote: moderných kariérových a personálnych poradcov.

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 majú osobnostné dotazníky a štruktúrované rozhovory v poradenstve pre voľbu povolania svoje miesto a opodstatnenie. „Medzissvet duše“, svet, v ktorom sa mohla rozvinúť alchymia sa však pritom do pozornosti nedostane a energiu, ktorá vzniká, keď naše sny začínajú rezonovať s najočividnejšími a najskrytejšími možnosťami sveta teda nemôžete využiť.

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

Kompetentná osoba s vami spraví sériu testov. Vyplňate osobnostné dotazníky, postavíte sa otázkam obsiahleho inteligenčného 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. Možnože 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 tam, kde je najväčšia zhoda, patríte. Tento postup je krátky a praktický, ale má pár zásadných nedostatkov:

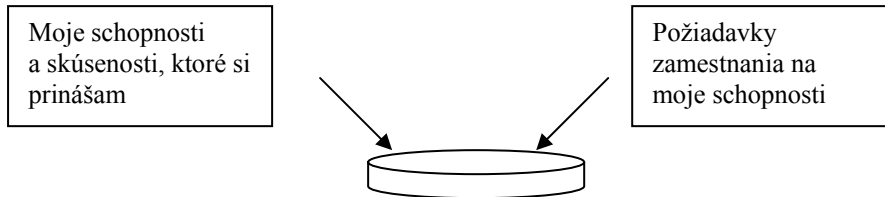
Každá akokoľvek obsiahla batéria testov vás redukuje len na tie informácie, ktoré môžu byť náležitými testmi viac alebo menej presne merané. Vzniká neživý digitálny profil. Viacrozmernosť a mnohovýznamovosť sa pritom strácajú. No nepulzuje život práve tam?

Aj profily požiadaviek pre povolania a pracovné miesta sú jednodimenzionálne a neživé. Preto nieje 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 viac nadšení budete. 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 protirečiaci svet vašich snov a prianí.

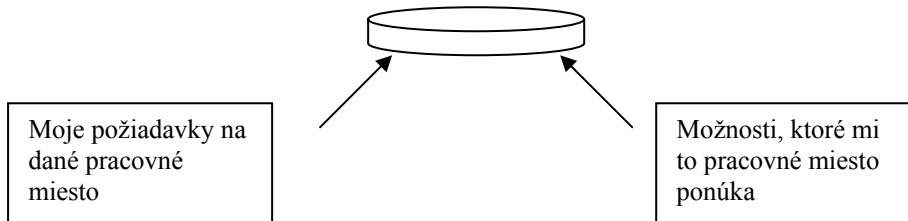
## Komplexné záležitosti

Klasické poradenstvo v oblasti povolania je silno zamerané na jednu 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.

## 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“

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 listov. Ale predovšetkým je tam veľa papierov, pier, flipchartov a posuvných stien. Vlastne to tam vyzerá ako v ateliéri umelkyne.

Samozrejme že sme sklamaní. Chceme 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 boli 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 telom, 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“.

## 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 diplomovú prácu.<sup>1</sup>

Tým nechcem povedať, že navigácia pri hľadaní povolania alchýmiou *je*. 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 pracovnej zmeny a táto prax je pôdou, na ktorej špekulácie o navigácii pri hľadaní povolania ako alchymistickom umení dozrievajú.

Niekedy využívam v mojich kurzoch obrazy a príbehy z alchymistickej tradície a neustále ma prekvapuje, ako dobre im ľudia, ktorí sú v procesoch zmien rozumejú a ako 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 vychyľujú 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 by mal byť povzbudený vydržať ešte chvíľu 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 jednanja.

V tejto časti knihy popíšem štandardné postupy navigácie v živote a pri hľadaní povolania a vždy ich spojím s obrazmi alchýmie. Znovu sa pritom

---

<sup>1</sup> "Traumlabor". Diplomová práca k titulu lektor psychodrámy na Švédskom Moreno-Inštitúte pod vedením von Líf Dag Blomquista, 1997.

stretneme 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. Existovali alchymisti, ktorí predpokladali, že ju môžeme nájsť priamo v prírode. Pre iných boli nutné isté permutácie (premeny), aby sme získali túto mýtami opradenú látku.

### ***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.

Alchymisti nás upozorňujú na to, 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 dlhodobšie 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 dlhodobšie 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 veľa prázdninami.

Je tu človek, ktorý si vybral prax na prvom možnom mieste, na ktorom mohol šnupať.

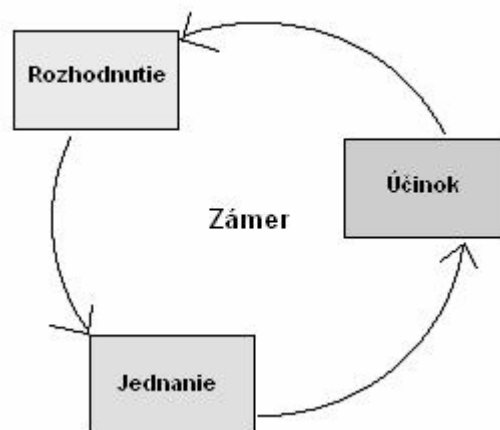
## ***Zámer***

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 si nenechávame všetko dovoliť od našich priateľov, kolegov a nadriadených, 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.



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 zo spôsobom, akým žijete Váš život.

Iné udalosti boli jedinečné. Sú skôr prchavej povahy a pre takéto uvažovanie o vašom živote menší význam.

Považujte to za prvý alchymistický experiment. Uvoľníte z látky vášho života „prchavé“ časti, náhodu. Sústreďte sa pritom jednoducho len na kruh zámeru. Čo potom z toho 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 nieje automaticky konštruktívny. Vo veľkej miere je produktom našej výchovy a teda aj nášho pôvodu.



## ***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.



Koľko rokov asi leží medzi vami a obrazmi a 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 boli rok predtým, ako by ste dosiahli vašu víziu a aký by to mohol byť pocit? Kde by ste boli dva roky pred ňou? atď.

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 objavajú 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

### 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 opúšťa poradňu ešte pod vplyvom euforizujúceho pôsobenia „tinctura 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 okolností 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 nevadí, 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 jediného 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 nieje 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, svoje priateľky a porozprávala im o jej novom projekte. Tie reagovali prirodzene ako reagujú Švajčiari. Prvá: „Ale premyslela si si to dobre?“ Druhá: Kto ti to len 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:  
Po prvé: Vnútrojných kritikov, ktorí sa ukážu v plnej sile hneď, akonáhle začneme uskutočňovať nový projekt.

Po druhé: 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 nieje 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 lepši v tom sme, tým ľahšie sa dajú naše vízie uskutočniť.

### ***Kritici, monštrá a kazisveti***

Schopnosť adekvátneho jednanja s vnútornými a vonkajšími kritikmi, brzdičmi a kazisvetmi nám otvára vzrušujúcu oblasť skúseností. Navrhujem odvážiť sa najskôr na cestu do ríše vnútorných postáv.

Ako vôbec zistíme, že máme v sebe časti, ktoré nám v uskutočnení našich snov bránia? 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 mäťúca a pozitívny pocit ustúpil únave a ťažobe. Čo sa stalo?

Ak budete vnímať pozornejšie, všimnete si istú vec:

Môže to byť tak, ako by ste ťažkostiam požičali vaše ucho: 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 ale tiež aj tak, že vo chvíli, keď musíte pre váš projekt prijať dôležité rozhodnutie, jednoducho vás 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 želannej budúcnosti zrazu dostaneme žalúdočné krče 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, čo to či ono neviem? „Ako inak si predstavuješ, že by som mal k tomu pristupovať? „Čo presne myslíš tým, keď hovoríš, že to nemôžem?“ Určité odpovede vášho vnútorného kritika môžu byť veľmi užitočné, iné sa odhalia byť táraninami.

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.