Številka 01

Maj 2017

Navdihni.me

Čas je za dobre zgodbe

IZ VSEBINE

Dunking Devils: Postavljamo si nemogoče cilje

Teo Ivančič: Iz grafitarskih korenin v uživaško službo

Marko Podgornik, Mikro+Polo: Vedno sem za več in drugače

številka 1

vsebina

maj 2017

4
UVODNIK

5
POSTAVLJAMO SI NEMOGOČE CILJE
Kolumna
Domen Rozman, Dunking Devils

6
IZ GRAFITARSKIH KORENIN V SANJSKO SLUŽBO
Pogovor z grafitarjem Theosonom
Nives Cvikl

8
ZAPOSLENIM PUSTIM EKSPERIMENTIRATI
Vrtec Idrija med najboljšimi zaposlovalci
Mirjana Mladič

10
PLEMENSKA SKUPNOST
Kolumna
Maja Malus Azhdari, MKC Maribor

11
VEDNO SEM ZA VEČ IN DRUGAČE
Marko Podgornik, direktor Mikro+Polo
Mirjana Mladič

14
ZAKAJ NE MARAMO SPREMEMB
Kako se lotiti (ne)želenih dogodkov in vzorcev
Natalie C. Postružnik in Urška Henigman

16
ZADRUGA PEKO KOOPERATIVA, PTIČ FENIKS?
Nove oblike podjetij
Irena Dobnik in Mirjana Mladič

19
HRBTENICA USPEHA PRAVEGA VODITELJSTVA
Kolumna
Madi Sharma, Madi Group

20
POTI. VSAK DAN. NOVE.
Predstavljamo mlade sodelavce
Aleksander Leon Cvikl

21
HUD MLADIČ - TUKAJ IN ZDAJ
Predstavljamo mlade sodelavce
Samo Mladič

22
"SHODI IN KUPIL TI BOM PSA"
Ko ti uspe "nemogoče"
Ivo Kordić, študent

24
DANES ZNANSTVENA FANTASTIKA, JUTRI REALNOST
Kolumna
dr. Aleksandra Lobnik

25
NE MARAM FASAD. SEM, KAR SEM.
Pogovor z Rokom Rozmanom, Balkan River Tours
Urška Henigman

28
ŽIVIM ... IN TO SUPER!
Metka Mahne in Otmar Lajh

29
KOT DA TVOJE TELO NE MEČE SENCE
Kolumna
Mateja Hauser, DOSOR

30
ŽIVA SILA
Kolumna
Polona Jakop, Sophiacall

31
S SVEŽINO, Z DOBRO MISLIJO IN VIBRACIJAMI
Kolumna
prof. dr. Milan Jazbec, veleposlanik RS v Makedoniji

32
BODI NAJBOLJŠA VERZIJA SEBE
Pogovor z Doroteo Senica, mlado flavtistko
Natalie C. Postružnik

34
OSHO: INTUICIJA
TITCH NHAT HANH: DOTIK ŽIVLJENJA
Recenziji - Eva Rosič in Janja Leskovar

FOTO GAJA POSTRUŽNIK

Od kod navdih za Navdihni.me?

Zgodba se je začela pred mnogimi leti, a je počasi dozorevala. Začela se je, ko smo skozi coachinge, delavnice, odnose z ljudmi in s podjetji ter drugimi organizacijami spoznavali čudovite ljudi. Čudovite, ker so stopili iz svoje cone udoba; ali ker so prešli nenavadne poti; ali ker so storili nekaj čudovitega za druge ljudi … pa za te ljudi in njihova dejanja še nihče ni slišal.

Zgodbe »malih« in »velikih« ljudi. Znanih in neznanih. Takšnih, ki so bili na socialnem dnu, pa so zdaj nekje »nekdo«. In obratno, tudi zgodbe takih, ki so bili na vrhuncu in višku, pa so zdaj … ja, bili so na dnu, a so ponovno vstali z neko novo izkušnjo in nadaljujejo. To so zgodbe, ki jih bomo predstavljali v tej reviji.

Navdihni.me ustvarjamo:

- **Natalie**, coachinja, pronicljiva mentorica in predavateljica, ki tistim, ki to želijo, vedno pokaže pot naprej.
- **Nives**, antropologinja in novinarka, pripovedovalka in zapisovalka, ki jo zmeraj očarajo zgodbe, ljudje in potovanja.
- **Urška**, ki jo navdihujejo božanski red vesolja, veličastna narava in ljudje s svojimi avtentičnimi zgodbami, izkušnjami, preboji.
- **Mirjana**, strastna bralka in vseživljenjska ljubiteljska pisateljica, zaprisežena optimistka, ki v mozaik boljšega sveta polaga svoje kamenčke.
- **Irena**, neomajna borka za napredek in zagovornica pravičnosti, vztrajna športnica in obožavalka umetnosti, ki je s številkami na ti.

Postavljamo si nemogoče cilje

AVTOR DOMEN ROZMAN
FOTO KATJA POKORN

Mnogo ljudi se sprašuje, kaj tiči v ozadju tujih uspehov. Nekateri verjamejo v naključja, spet drugi se izgovarjajo na veze in poznanstva. Dunking Devils verjamemo, da obstaja samo ena prava smer, to je navzgor, in po njej je treba hoditi s predanostjo. Uspelo nam je iz svoje ljubezni do akrobatskega zabijanja ustvariti službo, v katero se vsak dan z veseljem vračamo in ki je praktično vsak trenutek del našega življenja. A ni lahkih začetkov in tudi naš začetek ni bil nič drugačen.

Ko se ozrem nazaj v čas naših prvih nastopov, verjamem, da bi kdorkoli, ki bi želel ravnati pametno, takrat takoj odnehal. Naš prvi nastop pred občinstvom je bil namreč prava polomija. Ker še nismo imeli imena, nas je poimenoval kar komentator sam kot akrobatsko skupino Šah mat. Naredili smo vse napake, kar se jih je dalo: uspelo nam je zgrešiti deset košev, dva sta padla na glavo, na koncu pa nas je eden od trenerjev celo spodil z odra.

Takrat bi si lahko rekli, da nikoli ne bomo postali vrhunski akrobati. Ampak mi se nismo ozirali na to, kaj je pametno. Gnala nas je otroška želja po zabijanju, nastopanju, snemanju videov. Imeli smo vizijo in se ji predali. Kako se pobrati po tem, ko stojiš pred polno dvorano, osramočen znova in znova?

Prvič, zaupati moraš svoji ekipi, saj so ravno oni tisti, ki najbolje razumejo tvoje občutke ob porazu.

Drugič, prestopiti moraš mejo predanosti. To je tista črta, ki ločuje stanje med željo in neomajno predanostjo. Na prvi strani je zgolj želja, da bi nekaj storil, in čakanje na "pravi trenutek", ki morda nikoli ne bo prišel.

Na drugi strani pa si ideji resnično predan in VEŠ, da boš to naredil. Na tej strani začneš živeti v novo prihodnost.

Naš način življenja je, da si na dnevni ravni postavljamo na videz nemogoče cilje in ne razmišljamo, ali jih je mogoče doseči.

Najprej prestopimo mejo predanosti in šele nato se začnemo pogovarjati, kako bomo zadevo sploh izvedli. Ne gre vedno vse kot po maslu, vendar se iz vsake izkušnje naučimo nekaj novega. Pomembna sta vztrajnost in pogum, da sledimo svojim ciljem, ne glede na to, kako nemogoči se zdijo od začetka.

Če lahko skupina Šah mat, ki ji niso dovolili niti dokončati nastopa, devet let kasneje kot Dunking Devils podira Guinnessove rekorde v akrobatskem zabijanju, potem lahko vsak živi svojo strast, če se ji le preda z dušo in telesom.

Domen Rozman z ekipo v Ljubljani vodi Dunking Devils Akademijo, kjer svoje znanje prenašajo na mlajše generacije. Njihovi videi imajo več kot 100 milijonov ogledov, aprila 2017 so postavili Guinnessov rekord v najvišji salti z zabijanjem na koš.

Nastopi: Svetovno prvenstvo v košarki 2016; Evropsko prvenstvo v košarki 2013, 2015; finalni turnir Evrolige in Lige prvakov ; All star dogodki po celem svetu; produkcija showov za dubajskega princa. Sodelujejo z: Nike, Samsung, Pepsi, Coca Cola, Beko, FC Arsenal.

» Ne, brez kape se pa ne slikam.
Pravzaprav me le redki lahko vidijo brez pokrivala. «

IZ GRAFITARSKIH KORENIN V UŽIVAŠKO SLUŽBO

AVTORICA NIVES CVIKL
FOTO ALEKSANDER LEON CVIKL

Lahko žaba pleza po drevju? Lahko, če je drevesna žaba. Lahko človek hodi po steni? Lahko, če ga v vetrovniku podpira močan veter. Lahko grafitar iz svojega ilegalnega početja naredi donosen posel? Lahko, in živ dokaz za to je Teo Ivančič, ki je prvi grafit na steno očetove garaže naredil pred desetimi leti. Danes ga podjetja in mesta najemajo, da na njihove stene riše logotipe ali ustvarja t.i. street art.

Skejt ni dolgočasna deska

Zato pravi, da ni več grafitar, ampak slikopleskar. »Kaj pa je to drugega, če rišem po naročilu, če nekomu čez celo steno narišem logotip, zraven pa dodam še malo artistične note, da ne izgleda ravno kot nalepka? To je pač sodobno slikopleskarstvo, pri katerem le uporabljam osnovno grafitarsko orodje, to je sprej. Sam sem priteral zgodbo tako daleč, da ne uporabljam šablon, zato delam dlje časa. Eni znajo to cenit, drugi ne, na koncu mi je to čisto vseeno,« pravi Teo.

Prvi »slikopleskarski izdelek v grafitarski tehniki« je naredil za prijatelja, ki je odpiral športno trgovino ravno v času, ko se je Teo spraševal o smiselnosti svojega ilegalega grafitiranja. Težave s policijo: »mene in še nekaj drugih so zašpecali. To je bil tak focen realnosti«. Vprašanje denarja: »malo sem se vprašal, koliko denarja porabim za ta špas? V eni točki sem porabil toliko sprejev, da naš uvoznik tega ni več folgal, pa sem se odločil in jih začel sam uvažat. To še vedno počnem, da jih lahko dam našim grafitarjem ali pa Zvezi prijateljev mladine po pametni ceni.« Razmislek o načinu življenja: »v enem obdobju življenja sem rabil ilegalo, adrenalin, da sem razčistil določene zadeve s sabo. To mi je bila mini terapija.

Potem pa pride sončen dan, ti pa deset ur buljiš v steno in se vprašaš, kaj ti je tega treba. Saj je fino na koncu pogledat izdelek, ampak sončen dan je pa mimo.«

Rekapitulacija razmisleka ga je pripeljala do odločitve, da svoje znanje unovči. »Na začetku je bil res kar velik šok, ker je ta moj poklic čista ekskluziva. Nisem jaz frizer, da bi ljudje vsak mesec hodili k meni. Ko eno stranko obdelam, sem jo naredil za naslednjih 10 let.« Ampak stranke so se začele kar množiti: NK Maribor, Mestna občina Maribor, razstava v Pokrajinskem muzeju Maribor. Začela so prihajati vabila iz tujine.

Za razstave in za ogromne slikopleskarske projekte street arta, s katerimi številna velemesta privzdigujejo degradirana območja in ustvarjajo poseben mestni pečat. Vmes je svoje delovanje razširil na grafično oblikovanje, Filipu Flisarju porisal olimpijsko čelado, bil trener bordanja, izdelal nekaj skejterskih ramp in seznama še kar ni konec. »Skušam se imeti fino in izkoriščati talente, ki jih imam, pa zagnan sem. Ko se za nekaj odločim, to izpeljem do konca. Širok krog poznanih pa mi omogoča, da od tega lahko tudi živim.«

Ravnateljica vrtca Idrija Nadja Brence

ZAPOSLENIM PUSTIM EKSPERIMENTIRATI

VRTEC IDRIJA MED NAJBOLJŠIMI ZAPOSLOVALCI

AVTORICA MIRJANA MLADIČ
FOTO: VRTEC IDRIJA

Lansko Zlato nit, izbor najboljših zaposlovalcev v Sloveniji, je zaznamoval zanimiv presedan: med najboljše, ki jih določijo na podlagi merjenja zadovoljstva zaposlenih (80 % ocene) in poslovnih rezultatov, se je uvrstil Vrtec Idrija. Ker ne gre za gospodarsko organizacijo, med najboljših deset niso mogli, a so vseeno zbudili pozornost. Kaj se skriva v ozadju teh rezultatov, smo povprašali ravnateljico vrtca s 93 zaposlenimi (med njimi sta tudi dva moška vzgojitelja!), Nadjo Brence.

Od avgusta 2014, ko je postala direktorica, je stvari premaknila za eno stopničko, pravi, in cilja na občutne spremembe do konca svojega petletnega mandata. Veliko stvari počne intuitivno. Službe v javnem sektorju so precej varne, odpuščanja praktično ni, kar pomeni, da zavihaš rokave in poskušaš narediti kar največ s tistimi zaposlenimi, ki jih imaš. Ni lahko, saj se je odnos do dela, predvsem solidarnost in prevzemanje odgovornosti, precej poslabšal, pa tudi medsebojne pomoči je manj kot včasih.

Prepričana je, da je lasten zgled in delovanje z vzorom najboljši način za prenašanje vrednot in pozitivnih zgledov na otroke, ki so jim zaupani. Zato takšno kulturo razvijajo med zaposlenimi. V vrtcu imajo svojo vizijo: »Razvijamo prave vrednote, poudarjamo in spodbujamo ustvarjalnost ter sprejemamo različnost.« Oblikovali so jo postopno skupaj s starši, zaposlenimi in opazovanjem otrok, ki so v tej verigi najpomembnejši. Skupaj z družinami želijo razvijati kakovostno, ustvarjalno in raznoliko učno okolje.

»So stvari, s katerimi se trudimo biti drugačni od drugih. Med drugim je naša polna in brezpogojna skrb za vsakega otroka posebej, da jim zagotovimo lepo otroštvo in uspešno učenje. Za doseganje takšnih standardov gre zahvala vsem našim zaposlenim, ki nenehno spremljajo in uporabljajo najnovejša znanja na področju predšolske vzgoje. Zaposleni postopno spoznavajo svoje »notranje dogajanje«, kar je nujno potrebno za postavljanje poslanstva in vizije.

Izkaže se, da največkrat ni lahko. S kakovostnim izobraževanjem vseh zaposlenih prihajamo do vidnih rezultatov na strokovnem področju, pa tudi pri komunikaciji med zaposlenimi in vodstvom.«

Ko ti sistem iz rok zbije vsa orodja, ko ni napredovanj, nagrad, si se prisiljen nasloniti na »mehke« pristope. Zaposlene motiviraš s pohvalo, sodelovanjem pri sprejemanju odločitev, upoštevanjem njihovega mnenja. Ravnateljica je preizkusila tudi delovanje s pozicije avtoritete in pravi, da se ne obnese. Ukazi ne delujejo, skupno iskanje rešitev pa.

»Ideje dobim na razne načine. Brez izobraževanja, poslušanja starejših, bolj izkušenih ravnateljic ne gre. Črpala sem najboljše od mojih mentoric vzgojiteljic, sedaj pa od kolegic ravnateljic. Veliko prinesejo izkušnje. Potrebno je tudi zavedanje, da nisi nezmotljiv, da nimaš vedno prav, da prisluhneš sogovorniku, imeti moraš lastne vrednote in odgovornost do zavoda.«

In še: »Motivira me vsako dobro opravljeno delo. Za vse to je potrebna vizija, razpršena odgovornost, kultura učenja, organizacijski pogoji, vodenje. Vsak ima znanje in spretnosti, ki jih lahko deli. Ponekod obstaja kultura, da je narobe, če narediš napako. Če zaposlenim ne pustim eksperimentirati, potem samo kopirajo. Navdihuje me, da so izvirni, ustvarjalni, da raziskujejo in razmišljajo izven okvirjev, iščejo nove primere dobrih praks. Predvsem pa izkoristim stvari, ki znotraj zavoda že obstajajo. Spremembe pridejo od znotraj.«

Pozitivno vzdušje v vrtcu ustvarja tudi dobra komunikacija med zaposlenimi. Izboljšuje in krepi se na skupinskih izletih in pohodih, kot je bil ta na Slivnico.

Plemenska skupnost

Zame je energija ljudi svèta. Izjemno veliko pozornosti sem namenila povezovanju kolektiva. Začeli smo s procesom kuhanja drug za drugega. Tako smo drug drugega spoznali preko hrane, ki je osnovni most za poglobljene delovne odnose. Ideje lebdijo nad vsemi nami, sposobnost je, da jih ljudje znamo udejanjiti, zato sem vedno odprta do novih idej, drznih, najbolj podpiram tiste ideje, ki povezujejo skupnost.

AVTORICA MAJA MALUS AZHDARI
FOTO DEJAN BULUT

Naprej me žene vizija velike zgodbe. Na vprašanje, zakaj sem takšna, kot sem, bi lahko odgovorila, da je moj odnos do dela vedno usmerjen k akciji, delovanju, proaktivnosti, zavzetosti in nikakor ne k jamranju ter iskanju izgovorov, da se neke stvari ne realizira. Nimam rada jamranja, da se nič ne da, da se nič ne zmore. Verjamem v velike zgodbe povezovanj ter podpornega delovanja. Lahko bi rekli, da sem idealistka, sama rečem, da sem vizionarka.

Vedno znova vidim v vsakem od sodelavcev dobro kvaliteto in ravno temu dajem prednost, ki jo skupaj razvijamo. Ne izpostavljam pomanjkljivosti zaposlenih, ampak tisto, v čemer blestijo. Ko na vrata trka neuspeh, krepim moč, da nam lahko skupaj uspe, da je povezovanje in vzajemna podpora osnova dobrega kolektiva. Takrat tudi neuspeh ne diši več po neuspehu, ampak je bolj spodbuda k nadaljnjemu uspehu – tudi ko imamo slabe dneve, ko smo v stresu, brez sodb in pametovanj korakamo naprej.

Večkrat si zamislim, da smo pleme, kjer vsak član plemena dobi svoje mesto v skupnosti, zato spodbujam, da smo tudi v delovnem okolju to, kar v resnici smo, da nimamo mask, da izražamo svoje mnenje, da konstruktivno kritiziramo, da znamo pohvaliti. Predvsem pa težim k temu, da se na delovnem mestu dobro počutimo.

Maja Malus Azhdari je direktorica MKC Maribor, javnega zavoda Mestne občine Maribor, ki deluje na področju mladine in kulture od leta 1993 in na področju mladinskega turizma od leta 2011 naprej. Je strastna dokumentaristka in rada pleše. Kot sociologinja si prizadeva k razvoju soodgovorne skupnosti.

Seveda je kup izzivov, ki prihajajo, a trdna skupnost vedno zna izločiti plevel in zalije pravo cvetje. Zaposlenim dovolim, da me spoznajo v globino, da nisem odmaknjena direktorica, da so moja vrata vedno odprta ter da me razumejo kot reševalko izzivov, ki nam prihajajo naproti. Ne maram strahovladja, ne maram vzvišenosti, ne maram prevzetnosti.

Želim si kolektiva, kjer smo altruistični, podporni drug drugemu in predvsem, da gremo zjutraj radi v službo, zato ker je tam doma tudi sprejetost vseh nas.

Moja energija je večkrat ogledalo, sem odsev. Poskušam biti blaga in nežna, je pa res, da so me sodelavci označili tudi že za »control freaka«, kar si štejem kot pohvalo, saj verjamem, da je možno zgraditi velike zgodbe, če smo pazljivi na podrobnosti. Skratka, biti direktorica zame pomeni gradnjo skupnosti, kjer javni zavod razprostira svoje roke podpore različnim deležnikom, ki soustvarjajo naše mesto.

V zaposlenih na MKC Maribor je moč, skupaj zmoremo deliti več in več.

Osveščanje tega v mojem kolektivu je moja naloga.

In človeškost.

Marko Podgornik, direktor podjetja z neomejenim plačanim dopustom

AVTORICA MIRJANA MLADIĆ
FOTO MIKRO+POLO, EDI MASNEC, OSEBNI ARHIV

VEDNO SEM ZA VEČ IN DRUGAČE

Za leto 2017 je mikro+polo izdal svoj koledar. Manekeni v belem so bili njegovi zaposleni. Seveda brez direktorja ni šlo.

Udeležene in udeleženci team buildinga Spopad plemen, za katerega so si posamezni timi vnaprej dali natisniti majice, na dogodku pa je vsako "pleme" izdelalo svojo zastavo. Te sedaj visijo na hodniku v podjetju.

Mikro+Polo je mariborsko podjetje, ki že nekaj časa dviguje prah. Najprej so postali uspešnica na Facebook poslovnih straneh (kako lahko ima podjetje s tako »dolgočasnim« programom, kot je laboratorijska oprema, 11.000 + sledilcev?). Nato so mediji objavili informacijo, da imajo neomejen (!) plačan (!!!) dopust. In to še pred korporacijo Virgin.
Za piko na i se je viralno razširil njihov »malce drugačen korporativni video« s Tadejem Tošem v glavni vlogi – 90.000 ogledov v prvem tednu predvajanja.

Kdo kroji zgodbo takega podjetja? Kakšen direktor ga vodi? V vsakem primeru in pogledu – nekonvencionalen. V službo hodi v kavbojkah, spremlja ga kuža Scooby, pasme beagle. Kot otrok je v trgovini raje izbral knjigo kot igračko in si obljubil, da ko odraste, ne želi slišati stavka »tega si žal ne moremo privoščiti«. Zato je že v osnovni šoli začel prvič delati (kot čistilec skupnih prostorov bloka, v katerem so živeli) in se učiti podjetništva od strica. Poleti v majicah s kratkimi rokavi razkazuje številne tetovaže. Igra blokflavto, klarinet in klavir, 25 let se je ukvarjal s plesom (tiste, ki ne verjamejo, da je ples šport, vabi na brezplačno individualno uro akrobatskega rock'n'rolla). Potuje, slika, riše. Obožuje smučanje. Ima tri otroke, indekse petih različnih fakultet, dve priznanji za najboljšega študenta leta in nobene diplome.

»Zavedam se, da kot direktor težko sprejmem odločitev, s katero bi bilo zadovoljnih vseh 100 zaposlenih. Zato se mi zdi najpomembnejše, da držim besedo in se vedno odločam v dobro podjetja. V mikro+polu želim pustiti svoj pečat in uresničiti svojo vizijo (lastna proizvodnja, ki je tik pred začetkom uresničevanja – z nakupom lesnoobdelovalnih strojev so tik pred zdajci, op. p.), po drugi strani pa upravičiti zaupanje strica Vojka, ki me je postavil na mesto direktorja.« Ja, Mikro+Polo je družinsko podjetje. V njem dela kar 12 družinskih članov.

Vendarle se je Marko preizkusil tudi drugje – leto dni je preživel kot namestnik direktorja trgovine IKEA v Gradcu, odgovoren za B2B poslovanje. Uspešno ga je obrnil na glavo in novi način dela prenesel v vse avstrijske trgovine švedskega giganta. Ponudili so mu napredovanje in položaj na Dunaju. A se je raje vrnil in prevzel mesto direktorja v Mikro+Polu.

Vestno piše uvodnike v mesečnem internem časopisu Mikrofon. V njih povzame aktualne dogodke in dosežke ter redno pohvali svoje sodelavke in sodelavce in jim pove, da dela z najboljšo ekipo na svetu.

srž za.me

Spodbuja jih k razmišljanju izven okvirjev, k ustvarjalnosti. V svojem kodeksu imajo zapisano, da tisti, ki delajo, naredijo tudi napake. Inovativnim in predrznim kadrom so njihova vrata vedno odprta.

Podjetje pozna do obisti. Ne samo, da se je v njem preizkusil v različnih vlogah, preden je postal direktor, vsako leto se za teden dni preseli v drug oddelek.

Tudi v skladišče, recimo. Ob tem bolje spozna sodelavce in dobi veliko zamisli za izboljšave. Rotirajo tudi drugi zaposleni. »Glavnino svojega dela vidim v sprejemanju odgovornosti in tveganj, rizikov. Svojo prednost vidim v nekonvencionalnem razmišljanju in zaznavanju priložnosti.« Pravi, da je vizionar, da si zna zamisliti želeno prihodnost – in jo potem tudi uresničiti. Doslej mu je vsakokrat uspelo.

vodi.me

Zakaj ljudje ne maramo sprememb?

Ste kdaj delali vajo, ko se dva partnerja opazujeta približno 10 sekund, nato se obrneta stran in vsak na sebi spremenita tri stvari? Nato spremenita še tri stvari in ko se spet obrneta drug proti drugemu, opišeta, kaj je na drugem drugače.

AVTORICI MAG. NATALIE C. POSTRUŽNIK IN URŠKA HENIGMAN

Kar 95 % ljudi pri tej vaji s sebe nekaj odvzame - odložijo uro ali pas, ženske nakit ... zavihajo rokave, hlačnice, odložijo suknjič ... skratka, nekaj odložijo. Podobno tudi na podzavestni ravni ljudje povezujemo spremembo s tem, da nam bo nekaj odvzeto. Zato se spremembam pogosto izogibamo, dokler niso res nujne, se jih celo bojimo. Tudi če naj bi bile prijetne, nas v podzavesti pogosto grize strah: »Kaj pa, če ...?«

Še nekaj je zelo zanimivo pri tej vaji. Ko je končana, večina takoj spet zaviha hlačnice navzdol, si nadene uro ali popravi frizuro ... Ko se torej vrnemo nazaj v svoje "domače" okolje, delamo po "starem". Zato je tako težko doseči trajne spremembe.

Dokler smo v znanem okolju, ravnamo tako, kot smo navajeni. To so naši vedenjski vzorci. Ko hočemo narediti spremembo, ko hočemo osebnostno rasti, pa moramo preseči meje znanega, odkriti omejujoče vzorce, jih ponovno razgaliti, prevrednotiti in preoblikovati. To pa od nas zahteva določeno mero napora.

Notranja napetost kot odriv naprej

V današnjem času se veliko ljudi srečuje z neskladjem med zunanjim življenjem in svojimi notranjimi potrebami. V teh občutkih se počutijo osamljene, nesposobne ali nemočne. Pa vendar je ravno notranja napetost najmočnejša sila, ki nas lahko premakne naprej, saj nam govori, da nekaj v našem življenju ni več v ravnovesju.

Klic po spremembi običajno pomeni, da moramo začeti presegati nekatere svoje vzorce. Da v določenih situacijah, še posebej ponavljajočih se, ob katerih se počutimo nemočni, ujeti, prestrašeni ipd., začnemo delovati drugače. Največkrat tako, da naredimo tisto, česar nas je (najbolj) strah.

Gre za dejanja, ki si jih sicer ne upamo narediti, ker ... nam ne bo uspelo, se nam bodo smejali, nas imeli za neumne, nas bodo prizadeli, zavrnili, ponižali, videli našo ranljivost. Ali pa se bojimo, da nas ne bodo imeli več radi, da nas bodo zapustili, odpustili, izobčili.

Preseganje sebe je, ko na primer človek, ki težko postavlja meje, svojemu nadrejenemu reče »ne«, ko mu ta hoče naložiti samo še eno nujno nalogo do jutri.

Ko ženska z zlomljenim srcem zaradi neuslišane, zavrnjene ali končane ljubezni, ohrani odprto srce, ne glede na njeno bolečino. Ko se vodja z velikim egom zavestno trudi poslušati, vključiti in upoštevati tudi druge.

Preseganje sebe je, da smo tiho, ko bi radi bili pokroviteljski ali da se izpostavimo, kadar je potrebno nekaj povedati na glas, čeprav bi se bilo lažje potuhniti.

Ne (z)morem, ne znam, ne vem, kako

To so najpogostejši izgovori, da ne naredimo ničesar. Čeprav je velikokrat dovolj narediti samo prvi korak, potem pa nam pri kotaljenju snežene kepe sprememb pomaga življenje.

7 zlatih vprašanj, ki jih zastavite sebi

Če se tudi vi soočate s klicem po spremembi, ali se ji morda upirate, odgovorite na spodnja vprašanja. Poskusite iti globoko, ne zadovoljite se s kratkimi odgovori na prvo žogo.

Odgovore zapišite in dopolnjujte.

1. Kaj me ustavlja, da ne naredim tega?
2. Me to sploh zanima?
3. Zakaj to počnem?
4. Za koga to počnem?
5. Se želim čemu izogniti? Če ja, čemu?
6. Morda tega ne znam?
7. Me je česa strah? Če ja, česa?

Če si na ta vprašanja ne odgovorimo iskreno in nismo pripravljeni ničesar spremeniti, se nam bodo ene in iste situacije v življenju ponavljale znova in znova.

Postali bomo sužnji (destruktivnih) navad, izkoriščanja drugih, svoje lenobe, cone udobja, finančne zlate kletke ali kakšne druge pasti.

Vedno imamo izbiro: ali se odločimo za status quo ali sprejmemo odgovornost zase in za svoje življenje.

VSAK DAN MISLIMO OKOLI 70 TISOČ MISLI IN V POVPREČJU JIH JE 80 % NEGATIVNIH. ŽE ČE SMO RESNIČNO POZORNI, DA VSE NEGATIVNE MISLI SPROTI UJAMEMO IN JIH SPREMENIMO V POZITIVNE, LAHKO DOSEŽEMO VELIKE SPREMEMBE. TAKO PRI SEBI KOT V OKOLJU.

Osebnostna akademija Insights&Ekvilibrium

V trimesečnem programu 12 posameznikov skozi skupinske delavnice, individualna srečanja in redna tedenska spremljanja napredka potuje proti cilju, ki si ga zastavijo na začetku. V akademiji združujemo izkustvene treninge, mentoriranje, coaching, energetske uvide v ozadje naših čustev, prepričanj in dejanj. Z različnimi pristopi in vajami krepimo notranje programe, ki nas podpirajo, presežemo tiste, ki nas omejujejo in tako najbolje uporabimo svoje potenciale.
Več: http://insights.si/oaie/

ZADRUGA PEKO KOOPERATIVA, PTIČ FENIKS?

AVTORICI IRENA DOBNIK IN MIRJANA MLADIČ
FOTO ARSEN PERIĆ, SVET 24,
DEJAN OGRINEC,
ARHIV DELO, MMC RTVSLO

Inovativni poslovni model bo avtorsko zaščiten.

Na pročelju tovarne v Tržiču so tri letnice: 1903, 1911 in 1925. Prva je označevala Kozinov podjetniški začetek, druga gradnjo osrednje Pekove zgradbe, tretja pa njeno nadgraditev.

PROJEKT PEKO KOOPERATIVA IMA VSE POTREBNE PODLAGE ZA NADALJEVANJE BOGATE 113-LETNE TRADICIJE »STAREGA« PEKA NA NOVIH OSNOVAH. V ZAČETKU JUNIJA NAČRTUJEJO PREDSTAVITEV PRVIH PROTOTIPOV NOVE OBUTVE ZA JESEN ZIMO 2017/18.

Peter Kozina je za Tržič pomemben zlasti zato, ker si je kot prvi Slovenec upal v času nacionalnih bojev z Nemci v tem okolju ustanoviti čevljarsko tovarno. 1910 je bila ustanovljena družba Peter Kozina & Ko. Podjetni, pogumni in trmasti mož je dobro poznal čevljarje v okolici Kranja in Tržiča. Želel je povzdigniti hišno obrt in je čevljarjem, ki jih je seznanil z novimi načini izdelovanja obutve, ponudil moderno okolje in urejen delovnik. Leta 1911 je zaposlil 200 delavcev. Med prvo svetovno vojno je imel Peko veliko naročil za vojaško obutev in Kozina je zaslužil toliko, da je leta 1917 izplačal družabnike in postal edini lastnik. Po vojni je bil največji proizvajalec čevljev v Kraljevini SHS. Bil je samozavesten, dober govorec, zelo nečimrn, eden najbolj delavnih slovenskih podjetnikov. Umrl je v skrivnostnih, nikoli razjasnjenih okoliščinah. Otrok ni imel. Pokopan je na ljubljanskih Žalah.

»Propadanje naših gospodarskih simbolov – podjetij s tradicijo – občutimo, kot bi nam nekdo rezal korenine. S simboli propada tudi narod. Skrajni čas je, da se uničevanje slovenskega gospodarstva konča. V Peko kooperativi združujemo pozitivne ljudi – strokovnjake. Dokazati želimo, da Slovenci znamo sodelovati in ustvarjati zelo dobre in uporabne izdelke,« pravi Andreja Repše, vršilka dolžnosti predsednice Peko kooperative.

Osredotočeni so na vrhunsko kakovost (po kateri je bil Peko včasih znan) in moderen dizajn, neoporečne materiale, ki jih je mogoče reciklirati, in krožno gospodarstvo. Kot zadruga bodo presežke, ko jih bodo ustvarili, enakovredno delili med zaposlene, v zakonsko dovoljenem deležu. Večinoma se opirajo na delo prostovoljcev, nihče še ni zaposlen v novi organizaciji v nastajanju. Ves čas se prilagajajo situaciji, napredujejo po majhnih korakih, tudi glede na finančna sredstva. Razvoj enega novega čevlja namreč pomeni strošek cca 80.000 eur.

Pri poskusu oživitve enega slovenskih paradnih konjev tradicionalne industrije so se zadružniki soočili z različnimi izzivi. Od tradicionalnega »metanja polen pod noge«, medijskih blokad, do razprodajanja strojev in opreme brez upoštevanja predlogov kooperative, da bi najeli in postopno odkupili prostore, opremo in zaloge, poplačevali upnike in vzporedno razvijali nov program. Kljub temu so edina kooperativa v zgodovini Slovenije, ki je na povsem konkretnem projektu združila preko 1.000 zadružnikov; zbrali so že preko 40.000 evrov lastnega denarja.

Pomembna novost njihovega poslovnega modela je med drugim, da si bo vsak zadružnik z nakupom kateregakoli izdelka v zadrugi Peko kooperativa z 10 odstotki od plačane neto cene povečal svoj prostovoljni solastniški delež. Inovativni poslovni model je v postopku registracije kot avtorsko delo. V svojo kadrovsko bazo so vključili že preko 100 kandidatk in kandidatov za zaposlitev, ko bodo za to nastopile možnosti. Vsi zaposleni pa bodo tudi soudeleženi pri delitvi dobička. Na kratko: njihov cilj je ustvarjati drugačno družbo.

Zavedajo se, da lahko na zahtevnih trgih zmagajo tako, da bodo vedno korak ali dva pred konkurenco, tudi po inovativnosti. Ta hip se dogovarjajo o možnostih uporabe nanoceluloze v obutveni industriji s podjetjem v Kanadi. Podplate, ki bodo temelj že prvih novih modelov, razvijajo z Italijani, saj bi bil domači razvoj predolg. Njihov moto je rek: Trud je poplačan le, če človek ne odneha.

»Dokazati želimo, da imamo v Sloveniji marljive, sposobne, ustvarjalne, inovativne ljudi, ter da je možno z njihovim združevanjem narediti tudi nemogoče. Delujemo povezovalno. Naša notranja moč so naše vrednote. Vztrajamo na poti k zmagi Peko kooperative, sodelavcev, naših strank, zadružnikov in poslovnih partnerjev.«

Želite podpreti Peko kooperativo?
Postati član in prispevati
k ponovnemu zagonu proizvodnje?
To lahko storite preko njihove Facebook
https://www.facebook.com/pekokooperativa.si/
ali spletne strani https://pekokooperativa.si/

foto Arsen Perić, arhiv Svet 24

Eden zadnjih izdelanih čevljev v Peku pred stečajem

vodi.me

kolumna

Hrbtenica uspeha pravega voditeljstva

Resnično voditeljstvo prepoznava in priznava, da najpomembnejša dela opravljajo tisti, ki so velikokrat deležni najmanj hvale, pogosto ostanejo brez dodatnih bonusov in stimulacij, a so istočasno to taisti ljudje, ki postavljajo temelje vašega voditeljskega uspeha in uspeha vašega tima ter podjetja.

AVTORICA MADI SHARMA
FOTO BAWE ŚKOTSKA

Vprašanje, "kaj me najbolj navdušuje", je eno od pogostejših, s katerimi se srečujem. Odgovor mnoge preseneti, a verjamem, da odslikava resnične premisleke vsakega današnjega vodje, če želi biti uspešen/uspešna in želi, da njegovo/njeno podjetje trajnostno raste, ob tem pa upošteva vrednost človeškega kapitala.

Človek, ki me najbolj navdušuje, je najbolj pomembna oseba v kateri koli organizaciji. Kdo je ta oseba? Ste o tem že kdaj razmišljali?

To niso delničarji, ni predsednica uprave, niti ustanovitelji ali direktorica kadrovske službe. To je čistilka! Ne poznam niti ene organizacije, ki bi delovala, če toaletni prostori ne bi bili čisti – ker nihče ne bi prišel na delovno mesto. Dejstvo! In naj bom odkrita: to niti približno ni delo, ki bi ga rada opravljala!

Večina zaposlenih, menedžerjev in šefov je prepričanih, da ni v "njihovem opisu del in nalog", umazati si roke s čiščenjem packarije, ki jih njihovi sodelavci puščajo za seboj! Stranke, dobavitelji, obiskovalci … se ne bi vračali v podjetje, če sanitarije ne bi bile čiste. WC je, po svoje, ogledalo in izložba vsake organizacije.

To je resnično velika odgovornost, a oseba, ki to delo opravlja, v večini podjetij ostaja brezimna. Nikoli ne sliši "hvala ti" ali "dobro jutro" in velikokrat se mi prav upira pogled na stanje v straniščih, kot so ga – tako moški kot ženske – zapustili.

Začenši z jutrišnjim dnem se, prosim, potrudite in se zahvalite čistilki/čistilcu; pozanimajte se o njenem/njegovem imenu in se prepričajte, da bodo sodelovali na timskih sestankih in praznovanjih. Brez izgovorov! Ti ljudje so polni navdiha in vedite, da niso nevidne dobre vile, ampak so hrbtenica vsakogaršnjega uspeha in si zaslužijo priznanje. Njihova energija, njihova spoštljivost do vseh nas, brez predsodkov in obsojanj, je – če si le upamo priznati – tista nevidna nit, ki nas povezuje, a je ne najdemo v nobenem od številnih priročnikov, "kako …".

Madi Sharma je podjetnica, članica Evropskega gospodarskega in družbenega odbora kot predstavnica Velike Britanije, govornica in avtorica mota in knjige "Madi No Excuses!"

AVTOR FOTK ALEKSANDER LEON CVIKL

Poti. Vsak dan. Nove.

Aleksander Leon Cvikl, avtoportret.
Raje fotka kakor piše.

AVTOR IN FOTO SAMO MLADIČ

Hud mladič – tukaj in zdaj

Sem Samo Mladič in sem taborniški vodnik in pionir, kitarist, plavalec, risar, oblikovalec, scenarist, pisatelj in avtor fantazijske knjige Tales from Gaya. Za povrh še dislektik. Za nič od tega si ne bi upal reči, da sem profesionalec.

Da malo opišem, kar počnem: hitro mi postane dolgčas, zato igram kitaro, pišem, rišem in kujem ideje v svoji glavi, skoraj vedno in povsod. A nisem samo mislec, obožujem delo z rokami, sestavljanje in razstavljanje stvari. Kot taborniški pionir to lahko počnem samo z vrvico in lesom, kar dostikrat služi kot izziv. Za konec vsega pa, kljub temu da sem zelo rad sam, rad delam z ljudmi, jih učim in jim pomagam dosegati njihove lastne cilje. Zato sem postal taborniški vodnik. Dosti ljudi verjetno misli, da se pri tabornikih samo preganjamo po naravi, a to sploh ni res. Taborništvo je konglomerat mnogih aktivnosti, a o tem morda kdaj drugič.

Leta 2013 sem maturiral in se vpisal na študij, ki sem ga že od malih nog imel za nekaj, kar bo oblikovalo mojo prihodnost. Hitro sem ugotovil, da to ni zame in od tistega trenutka dalje sem se rahlo izgubil v tem, kaj bi rad počel v življenju. Še dandanes nisem popolnoma prepričan, kaj naj bi to pravzaprav bilo. To je najverjetneje povezano z vsem, kar sem napisal na začetku. Občutek, da imaš preveč stvari, ki bi jih rad počel, a se preprosto ne moreš odločiti, katera je bolj privlačna in – kar je pomembno mnogim mladim: a bi to res rad počel celo življenje? To je dejavnik, ki nas navede na to, da gledamo in se ubadamo samo s prihodnostjo, s tem pa se ne osredotočamo na tukaj in zdaj.

SAMO O KNJIGI:

Platnico sem oblikoval sam. Za podlago ima barve zastav dveh od desetih kraljestev. Desetokraka zvezda in Modro oko boginje predstavljata človeško kraljestvo Pinathos, Zlato drevo pa vilinsko kraljestvo Lingo. Dragulji na drevesu so mane, ki predstavljajo energijo vseh živih bitij. Veje drevesa in zvezda se prepletajo, kar simbolizira povezovanje obeh kraljestev.

»Shodi in kupil ti bom psa«

AVTOR IN FOTO IVO KORDIĆ

Verjamem, da se je vsak med vami že kdaj nahajal ali se v tem trenutku nahaja v situaciji, ko več ne ve, kako naprej, ko se sprašuje, kdo sem, kaj tukaj počnem in kam vse to vodi.

Vem, kako vam je. Nočem vam reči, da bo vse v redu. Toda obstajajo ljudje, ki jim je težje kot vam. Želim vam pripovedovati o tem, zakaj si v zadnjih 15 letih niti enkrat nisem postavljal takšnih vprašanj.

Zakaj prav 15 let? Do svojega petnajstega leta sem živel pretežno brezbrižno mladostniško življenje, malo ven, družba, nekaj športa in podobno; torej čisto običajno življenje. No, da se lahko življenje resnično spremeni v eni sekundi, sem doživel na lastni koži. 27. avgusta ne bom nikoli pozabil, kot tudi ne, kako so mediji poročali o tem dogodku z debelimi naslovi »pogubni skok na glavo v morje«. Zaradi skoka sem popolnoma ohromel, od glave do peta, in skoraj sem se utopil v morju, dokler bližnji kopalci niso dojeli, kaj se je zgodilo, in me izvlekli na plažo.

Takrat še nisem vedel, toda zdrobil sem si vratno vretence, in vse, kar sem lahko izustil, je bilo nekaj besed: »pokličite rešilca«. Kakor neverjetno zveni, a v tem najtežjem trenutku svojega življenja sem bil popolnoma miren, zavedal sem se nastale situacije in da se iz nje ne bom tako enostavno izvlekel. V trenutku neizmerne fizične bolečine sem v svoji glavi že osmišljal načrt. Nekoliko ur po nezgodi sem bil operiran, a je bilo moje stanje še naprej kritično. Zato sem preživel nekaj dni v komi – nekaj dni milostnega počitka, preden sem začel s svojim bojem.

Ko sem se prebudil, so me čakale 'odlične' novice – doktor, ki me je operiral, mi je sporočil, da imam 1 % možnosti, da si opomorem; da sem lahko srečen, ker sem živ, ter da je moj največji uspeh lahko, če bom pol ure zdržal v sedečem položaju. Morda zveni noro, toda ta 1 % je bil zame eden od motivatorjev. Ali je sploh kdaj slajša zmaga, kot tista, ko vam uspe, a nihče ni verjel v vas? Začela se je moja bitka Davida proti Goljatu. Moj glavni cilj je bil – ponovno shoditi. Ker sem se zavedal teže situacije, sem se odločil postaviti vmesne cilje in za vsak izpolnjen cilj seveda tudi nagrado.

Postavljeni vmesni cilji so bili pomik prsta, dvig roke, premik noge, sposobnost usesti se, sposobnost vstati, napisati prvo črko in še mnogo drugih. Vedel sem, da sem z vsakim vmesnim ciljem bližje glavnemu ... in z udejanjanjem enega po enega je motivacija rasla.

Postavljanje ciljev nas v življenju žene naprej. Cilji so gorivo, ki nas poganja. So motivator in demotivator, odvisno od tega, če jih izpolnimo ali ne, a v obeh primerih z njimi spremljamo svoj osebni napredek. Nikakor ne pozabite nagrade – tudi ona je velik motivator. Ko sem še ležal negiben v bolnišnični postelji in niti govoriti nisem mogel, je na obisk prišel oče in edino, kar mi je rekel, je bilo: »Sin moj, shodi in kupil ti bom psa«. Vedel je, da sem si to že od nekdaj želel.

Svoj glavni cilj sem dosegel v letu dni in z njim je prišla tudi nagrada. Sedaj ste vi na vrsti. Vse je mogoče.

In sledila je dolgo
zaželena nagrada - pes.

Kakšne pa so bile te vmesne postaje okrevanja?

Moj prvi vmesni cilj je bil premik prsta, kar sem dosegel po kakšnem mesecu dni. Bil je skorajda neviden gib. Tudi ostale vmesne cilje sem dosegal v približno enakem časovnem obdobju. Ena izmed bolj smešnih situacij je bila, ko sem lahko premikal nadlaht, podlahti pa ne – in smo z medicinskimi sestrami stavili za čokolado, da si lahko popraskam nos. Dobil sem stavo (tako dolgo sem metal svojo roko, da sem se dotaknil nosu) in – tudi čokolado.

Kaj pa prepreke?

»Seveda so bile. Včasih so bila obdobja brez novega premika okončin zelo dolga. Izgubljal sem moč, ker sem dal vse od sebe, napredka pa ni bilo. Movatorji so bili moji prijatelji, družina, včasih tudi zdravniško osebje. A največji motivator je bil izziv, tisti 1 odstotek »šanse«. Nisem hotel, da bi imeli prav. Sploh pa ne zdravniki, ki so mi govorili »bodi srečen, da je tako, kot je. To je vse, kar zmoreš, nikoli ne boš mogel več« – te stavke sem nenehoma poslušal. Medtem ko so druge demotivirali, so mene gnali naprej!«

Ali je šla pot okrevanja ves čas navzgor?

Največkrat je šlo navzdol zaradi nezaupanja zdravnikov, ki niso verjeli, da čutim; niso verjeli, da bi lahko še kdaj hodil, sedel; niso verjeli, da lahko v takšni meri upravljam svoje telo ... in ker sem pri vsem tem potreboval pomoč, mi niso dovolili niti, da bi poskušal. Strogo so se držali pravil, ki jih na meni tako niso mogli udejanjiti. A kljub temu so se v takšnih trenutkih vedno pojavile osebe, ki so bile pripravljene tvegati z menoj in njihovo navdušenje je bilo pogosto večje od mojega. Spomnim se enega takšnega dogodka vrsto let po okrevanju. Prišel sem na pregled k zdravnici (za zaposlitev), ki je pripravljala magisterij ali doktorat iz poškodb, kot je bila moja. Takrat, ko sem vstopil v ordinacijo, se je razjokala, saj ni mogla verjeti, da hodim. Takšni trenutki me znova presenetijo, razveselijo, dajo moč in vero v ljudi.

Kako so napredek spremljali v vaši družini?

Družina je bila ves čas z menoj. Težko so sprejeli mojo nesrečo. Pomagali so, kolikor so lahko. Mislim, da jih je moj boj pripravil do tega, da vztrajajo – spoznali so, da je vse možno. Veliko ljudi, ki jih poznam, je ugotovilo, da je življenje lepo in da se splača potruditi in živeti s polnimi pljuči.

Ivo Kordić je zaposlen v registru zemljiških knjig, izjemen študent Doba fakultete. Z dodatnimi vprašanji ga je izzvala Mirjana Mladič.

ni.me.je
kolumna

Danes znanstvena fantastika, jutri realnost

AVTORICA DR. ALEKSANDRA LOBNIK
FOTO BARBARA REYA

Dr. Aleksandra Lobnik je direktorica IOS, redna profesorica na Univerzi Maribor, mednarodna predavateljica, prejemnica nagrade GZS za inovativnost in prejemnica naziva naj raziskovalka leta 2010 za sodelovanje z industrijo.

Materiali so že od naših zgodovinskih začetkov igrali pomembno vlogo v razvoju človeka in njegovega razvoja. Po njih smo poimenovali celo obdobja - kamena doba, bakrena doba, itd. V vsakem obdobju je novi material močno vplival na razvoj novih tehnik obdelovanja zemlje, priprave hrane, lova. Podobno je bilo tudi v novejši zgodovini. Iznajdba jekla je omogočila prve parne lokomotive in prva prevozna sredstva. Si predstavljate, kakšne velike premike je to pomenilo? Običajni ljudje, ne le kralji, plemiči so imeli priložnost potovati, spoznavati drugačnost, iskati nove priložnosti za svoje bivanje in preživetje.

Zdaj živimo v obdobju razvoja nanomaterialov, ki so materiali novega stoletja, tisočletja. Ne samo, da so majhni, predvsem so pomembne njihove izjemne fizikalne in kemijske lastnosti. Te omogočajo popolnoma nove aplikacije, predvsem v medicini. Upamo, da bomo zaradi njih v bodočnosti imeli bistveno boljšo diagnostiko in preventivno ukrepanje, ko še ne bo izrazitih simptomov bolezni. Nove fizikalne lastnosti nanomaterialov bodo izboljšale tudi kvaliteto letal, avtomobilov, vesoljskih plovil, omogočila bodo shranjevanje energije. Pa da ne pozabimo krožnega gospodarstva in recikliranja kovin, fosforja in vseh dragih, pomembnih kovin, ki jih bo v naravnem okolju kmalu začelo primanjkovati. To, kar se danes zdi znanstvena fantastika, je za nas znanstvenike jutri realnost.

Znanstveniki in raziskovalci vedno zremo v prihodnost. Sanjamo. Podobno kot je to počel že Leonardo da Vinci, ki je razvijal stvari, ki so se začele uresničevati veliko stoletij kasneje (npr. kolo, potapljač). Genialno, navdušujoče, nikoli dolgočasno. Otroci, mož, moja mama me včasih kritizirajo: »Ne poslušaš, nisi pri stvari." Misli res kar same odbrzijo, odtavajo, ko razmišljam, sanjam. Takšne sanje pa lahko omogočijo samo pogoji dela, ki dopuščajo svobodo razmišljanja, te ne obremenjujejo. Ali je Slovenija primerno okolje za razvoj najboljših idej? Ali prepoznava svoje resurse in jim omogoča delovanje, razvoj, ga podpira? Ali se spet spotikamo ob svoji majhnosti?

Danes šteje samo tisti izum, ki prinese ekonomsko korist. So pa tudi izumi, ki prinesejo kvaliteto našemu bivanju, razmišljanju, skrbijo za mentalno higieno. Tega nikakor ne gre zanemariti. Saj si v prihodnosti zagotovo ne želimo enoumnega razmišljanja. Kritika je bila vedno pomembna za razvoj vsake družbe.

Slovenci se moramo prebuditi iz dremeža, začeti moramo misliti s svojo glavo in se odločati po svoji vesti in prepričanju. Kaj nam bodo pomagale najboljše tehnologije na svetu, če pa bomo miselno roboti in bomo podlegli vsemu, kar je zapisano?

AVTORICA URŠKA HENIGMAN
FOTO ROK ROZMAN IN MATIC OBLAK

NE MARAM FASAD. SEM, KAR SEM.

Rok Rozman je 29-letni naravovarstvenik, biolog, nekdanji vrhunski športnik, predvsem pa varuh rek. Lani je prvič izpeljal projekt Balkan Rivers Tour, kjer so z množičnim veslanjem po balkanskih rekah in spremljevalnimi akcijami ozaveščali o okoljskih posledicah nepotrebnega zajezovanja rek za hidroelektrarne. Za sabo so potegnili toliko privržencev, da je akcija prerasla v gibanje, ki je odmevalo po mnogih svetovnih medijih. Za svojo vlogo pri tem projektu je Rok prejel tudi svetovno nagrado zlato veslo (World Paddle Awards).

Katere so glavne tri vrednote, po katerih živi fant, ki pravi, da so edine meje tiste v naših glavah? In se ob tem pošali, da je z njimi tako, kot pri jezovih na rekah. Zaradi jezu reka stagnira in se slej ko prej zasmrdi, z mejami v glavi pa je najbrž precej podobno.

1. ISKRENA ODLOČNOST

»Ko v sebi začutim, da moram nekaj narediti, potem ne cincam, odločim se, grem kot svinja v buče in to naredim. Pri meni ni nič na pol, ali je vse ali nič. Edino, česar sem se navadil z leti je, da se znam zdaj v tem zagonu tudi ustaviti, če je potrebno in se z malce distance ponovno orientirati, preden grem spet naprej. Včasih pa nisem bil tak, včasih sem kar rinil, ne glede na vse. (smeh)

S to isto odločnostjo je lani nastal tudi projekt Balkan Rivers Tour. V Beogradu sem na konferenci za reke Balkana tri dni poslušal okoljevarstvene strokovnjake s celega sveta razpredati o tem, kako hočejo na rekah zgraditi 2.700 nepotrebnih jezov, nihče pa ni predlagal nobene akcije, ki bi to preprečila. Malo zdolgočasen od tega, kako neučinkovito so se lotevali reševanja težav iz svojih pisarn, sem se odločil, da se bom sam lotil akcije na terenu. Že na konferenci je nastal načrt, da z Žanom Kunčičem preveslava te balkanske reke in javnosti pokaževa, kaj se v resnici dogaja. Začela sva sama, na koncu pa nas je pet fantov z vasi v treh mesecih izpeljalo največjo evropsko akcijo reševanja rek, samo zato, ker smo verjeli, da so spremembe mogoče. Po lanski Balkan Rivers Tours je bilo ustavljenih 7 jezov. Ostalo nam jih je torej še 2.693.«

2. AVTENTIČNOST

»Bodi, kar si. Če si fant z žage, si fant z žage. Jaz nikoli ne bom nič drugega. To so moje korenine in pomembno se mi zdi, da jih spoštujem. Korenine so vir inspiracije. Če to vržeš stran, te nekje zmanjka. To se zdaj meni dogaja, ker imam toliko dela z projektom Balkan Rivers Tour in zato ne veslam toliko, kot bi rad. Ampak vem, da bom moral najti način, da bom, ne glede na to, kaj bom v življenju počel, vedno dovolj časa preživel tudi na reki, ker bom sicer izgubil zalet. Jaz ne morem gledati reke na sliki iz pisarne. Moram biti na njih, moram jih čutiti, moram se zliti z njimi, mora me kdaj zebsti, kdaj me mora biti malo strah, vse to me namreč polni.

Moja avtentičnost pa ni vedno vsem všeč. Ljudje me velikokrat sprašujejo glede mojih projektov in pričakujejo neke predvidljive odgovore, potem pa jim recimo povem, da ne gremo na Balkan Rivers Tour samo zaradi kampanje, ampak tudi zato, da se bomo imeli fajn. In potem ne vejo, kaj bi s tem. Pa je smiselno. Kajti samo, če se imamo mi dobro, lahko oddajamo takšne vibracije, da bodo ljudje želeli biti del tega gibanja. Če ne bo žura, ne bomo premaknili ničesar. Naravovarstvo se je dostikrat dogajalo v malo zamorjenih vibracijah, pa ni treba, da je tako. Jaz ne maram fasad,ne maram igrati nekaj, kar nisem.«

Želim si živeti v svetu, kjer so ljudje bolj odprti, kjer ne obsojajo eden drugega in se nimajo za več od narave. Če uspemo doseči samo to, bo svet precej lepši.

3. ZAUPANJE ŽIVLJENJU

»Opažam, da ljudje ne vejo, kaj je pravo zaupanje življenju. Sam večkrat slišim, da je meni lahko, da se mi odpira samo od sebe in se mi vedno pokaže, kako naprej. Pa ni res, da se to dogaja samo meni, vsem se to dogaja!

Razlika je samo v tem, da eni imamo pogum, da sledimo tem znakom in »naključjem« in delamo premike, drugi pa ne. Pri zaupanju je kot z ljubeznijo - biti mora brezpogojno. Ne moreš zaupati samo, če boš imel nekaj od tega. Prav tako ne moreš danes zaupati, jutri ne, v sredo pa mogoče spet. Če zaupaš življenju, pomeni, da ga sprejemaš takšnega, kot je, v celoti. Takrat, ko ti je fino, in takrat, ko ti je malo manj fino.

Brez zaupanja na reki nimaš česa iskati. Tam moraš najprej zaupati sebi. Če si ne, pač tisti dan ne greš na reko ali skozi brzico. Tudi če sem kakšno brzico prevozil že stokrat in čutim, da je danes ne bi, to upoštevam, dam kajak na ramo in grem okoli nje. Potem moraš zaupati prijatelju, kajti če gre kaj narobe, te lahko reši samo on.

Ko enkrat plavaš, si prepuščen reki na milost ali nemilost. Takrat lahko mahaš na polno, pa je vse bolj za okras. Če boš takrat prijatelju zaupal, te bo ravno zaradi tvojega zaupanja zadel z vrvjo in te rešil. Če boš dvomil vanj, te bo zgrešil. Če vse odpove, moraš na koncu zaupati še reki. Mene je reka pred šestimi leti izvrgla tam, kjer bi po vseh fizikalnih zakonih moral utoniti in še zdaj se sprašujem, kako. Od takrat reko spoštujem še bolj.«

Rok o reki

Vsaka reka je kot prikaz življenja. Pri izviru je mirna, tiha in počasi zbira moči, ki jih dobi s pritoki. Kot otrok, ki se rodi, shodi. Potem se zmeraj zažene čez kakšno hudo sosesko in ustvari slap, ruši skale, divja. To je kot naša puberteta, ko smo malo nori. Potem reka postane tehnično zahtevna, mogoče nima več toliko padca, ima pa veliko sifonov in nevarnih brzic. Na koncu običajno postane široka, spet mirna, ampak ima pa noro moč. Tak je tok skoraj vsake reke, če nima jezu. In podobno teče tudi naše življenje od rojstva do starosti.

Iz video posnetkov z Balkan Rivers Tour zdaj nastaja dokumentarec The Undamaged, ki govori o ohranjanju rek v jugovzhodni Evropi in bo javnosti predstavljen decembra 2017. Več o Rokovih projektih si preberite na: http://www.balkanriverstour.com in http://leeway-collective.com

ni za od.me.t

Živim … in to super!

AVTORICA METKA MAHNE
FOTO DIANA JANEŽIČ

Sem 83-letna upokojena profesorica športne vzgoje iz Velenja, mama dveh hčera in babica treh vnukov.

Dobro leto živim v domu ostarelih. Moje družabno življenje še nikoli ni bilo tako pestro. Nobenih skrbi nimam. Za moje potrebe prijazno poskrbijo drugi, sama pa lahko počnem vse, kar me veseli.

Moja življenjska filozofija je zelo preprosta: biti samostojna pri vsakdanji skrbi zase čim dlje. Ne želim biti breme svojcem, niti družbi. Trudila se bom za to, zato sem izbrala dejaven slog življenja. Vsak dan skrbim za telesno in umsko kondicijo: telovadim, hodim, berem sebi in drugim, učim se poezije, tujih jezikov… Izziv zame je vsakodnevna volja, da vse to res naredim. Brez izgovorov. To zame ni več navada, ampak način življenja. Ko me zgrabi odlašanje, oklevanje, se moram samo spomniti, kako prijetna so jutra na prostem, ob prepevanju ptičkov in že v meni dozori odločitev: »Grem!«

Ko čutim, da sem uglašena s seboj, z ljudmi, ki me obkrožajo, in z vsem, kar me obdaja, sem srečna.

AVTOR OTMAR LAJH
FOTO OSEBNI ARHIV

Pred sedeminštiridesetimi leti sem se – sicer zdrav – soočil z dejstvom, da sem diabetik tipa 1, ki si bo moral dnevno vbrizgavati inzulin in živeti asketsko. Bil sem mlad poročen oče. Čutil sem veliko odgovornost. Če bolezni ne bi vzel resno, bi moja žena in hči lahko dokaj hitro ostali brez mene.

V svoj način življenja sem vključil redno hojo, postal planinec in še tri leta vztrajal brez inzulina, potem pa ni šlo več. Prilagodil sem prehrano, še naprej preučeval zdravo prehranjevanje in potrdil svojo izkušnjo, da je za diabetika pretežno vegetarijanska prehrana dobra izbira.
Danes pri 72ih kot laični svetovalec osveščam, kako živeti s sladkorno boleznijo. Svoje dolgoletne izkušnje z boleznijo, zaradi katere še nimam zapletov, ki jo tako pogosto spremljajo, bi rad prenesel čim več ljudem.

Vzgojen sem bil, da je treba pomagati, kadar lahko. Žalosten sem, ker nekateri zdravniki niso pripravljeni sprejeti pomoči od nas, ki z diabetesom uspešno živimo že desetletja.

A to me ne ustavi. Pomagal bom, dokler bom lahko.

Kot da tvoje telo ne meče sence

AVTORICA MATEJA HAUSER
FOTO DOSOR

Na časovni premici življenja se nahajam na daljici »ko že vse lahko in ko še vse lahko«. Pomembno dejstvo, vredno zavedanja. Še posebej, če si zaposlen v domu starejših občanov in se vsak dan srečuješ s svojo prihodnostjo. Takšno, katere del ne bi želela postati, in tisto, ki se je veselim.

O starosti se veliko govori ... in malo pove po resnici. Komunicira se črno-belo, brez odtenkov sivine, kaj šele barv. Zato starost, lastna ali drugih, večino tako preseneti. Da bo moje bivanje na drugi daljici življenjske premice morda enkrat lažje in z več smisla, sem si pripravila mini načrt - 10 zahtev za lastno starosti. Do sebe, mojih svojcev in družbe.

1. Ko jih bom imela 80, mi s spoštovanjem recite, da sem stara, da me je doletela starost, da sem starka. Ni si treba izmišljati besed, kot so: dolgoživost, tretje življenjsko obdobje, zrela leta, seniorji. Brez veze. Gre za spoštovanje, ne izraz.

2. Ne primerjajte me z otroki. Mogoče bodo moje fizične potrebe res napeljevale k temu, a v mojem telesu bo še vedno bit, ki se ni postarala in ki je doživela in izkušala veliko ter barvito.

3. Ne bom hvaležna starka. Zahtevam ohranitev svoje individualnosti. Hočem ohraniti svoj slog oblačenja, prehranjevanja, pustite mi mojo glasbo in stik z umetnostjo. Ne mučite me z začetniškim cviljenjem violine.

4. Krepim svoje najboljše lastnosti in se trudim ozaveščati svoje sence. Ne želim biti del sitnih, zamerljivih, ozkosrčnih, nepotrpežljivih, materialističnih in egocentričnih starcev, ki so obtičali »tam in takrat« in ne spoštujejo odmerjenega časa, ki je na voljo, da lepšaš in plemenitiš svoj karakter.

5. Narobe: star si, ko se več ukvarjaš s preteklostjo kot s prihodnostjo. Veliko stvari je šlo v življenju narobe in drugače, kot je bilo načrtovano. Ne samo tebi. Pojdi naprej. Najdi si novo družbo, nova veselja, delaj, kar lahko, in ne žaluj za tistim, česar več ne moreš. Živi »tu in zdaj«. Ne verjemi, da je najboljših stvari v življenju konec, ko se postaraš, in da je prepozno za uresničevanje sanj.

6. Če sem upokojena, še ne pomeni, da nimam svoje profesionalne oz. službene preteklosti. Nisem upokojenka, ampak upokojena učiteljica. Želim, da spoštuješ mojo preteklost, moj doprinos k razvoju družbe in temelje, ki sem jih včeraj ustvarila za tvoje današnje delovanje. Pričakujem, da si vzameš čas, slišiš moje mnenje in da to šteje.

7. Želim biti gospa. Stara gospa. Brez krem proti gubam in lepotnih operacij. Ne priznavam kulta večne mladosti, ampak kult večne elegance in urejenosti.

8. Razbijam stereotipe o starosti. Zakaj je 80 let preveč za ljubezen, kavbojke, pol l rdečega, golo kopanje v morju, Stinga, selitev, uporništvo? Zakaj besedi starost ne moremo, ne da bi imeli v ustih občutek, kot da smo v orehovi potici naleteli na košček luščine, dodati pridevnikov vesela, smiselna, prijetna?

9. Živim v skladu z izkušnjo predhodnikov, da star človek ne obžaluje tega, kar je naredil, ampak tisto, česar ni naredil. Pogumna sem in ne obremenjujem se več noro z mnenjem drugih. Torej - *just do it*!

10. Tisti, ki ga objokuješ, ni nihče drug kot tvoj predhodnik (Cicero). Naj bo Smrt razlog, da se veselim življenja. Ne zanikam je. Razmišljam in pogovarjam se o njej.

Ne poznam prav veliko ljudi, ki bi imeli staranje kot motiv za notranje veselje. Pravzaprav nikogar. A ne razmišljati o njej, je kot verjeti, da tvoje telo ne meče sence. Ni se treba bati, samo razumeti. In pravi čas je treba na pot, ki je vedno drugačna in lastna.

Mateja Hauser je direktorica DOSOR-ja in prejemnica priznanja finalist Horus za družbeno odgovorne prakse..

inspire.me
kolumna

Živa sila

AVTORICA POLONA JAKOP
FOTO DENIS JAKOP

Polona Jakop je 32-letna podjetnica, mamica krasne hčere, lastnica podjetja Sophiacall d.o.o., ki verjame v www.zivasila.si in moč intuicije.

Vse se je začelo, ko sem nekega navadnega dne začutila glas svoje intuicije. Držala sem knjigo, ki pravzaprav še to ni bila.

Bil je rokopis neznanega avtorja. Prijeten, zelo privlačen, a skromen moški, s katerim sem bila na kavi nekaj dni prej, mi je poklonil svojo stvaritev in šaljivo pripomnil, da bo ta rokopis morda nekoč nekaj vreden – in tako bom imela od njega vsaj nekaj pozitivnega.

Prevrtimo čas dobro leto naprej. Opravljala sem delo vzgojiteljice v majhnem vrtcu v idiličnem kraju na Pohorju. Kljub dobremu občutku ob skrbi za te malčke sem se osebno počutila, kot da sem obtičala v skoraj stoječem mlinu javne uprave. Ko so se tisti konec leta moji slabi občutki potrdili s tem, da so mi po enem letu obljubljanja polnega delovnega časa ponudili ponovno začasni, polovični delovni čas, sem vedela, da je prišel kritični trenutek.

Ostati na majhnem, a varnem čolničku? Ali skočiti v morje in po mnogih avanturah priplavati do križarke čezoceanke, in videti svet?

Odločila sem se skočiti v morje. Ne grandiozno z ustanovitvijo podjetja; ne še. Ampak le proč od okolja, ki me je počasi, a vztrajno dušilo. Edine takratne možnosti so bile tržništvo. Po hitrem in uspešnem razgovoru sem že dnevno in uspešno čebljala.

A porajati se je začel tipičen dvom. Sem ravnala pravilno? Zakaj sem tukaj? Kaj mi bo to znanje o klicnem centru in trženju pomagalo, če pa je bilo moje srce do sedaj pri vzgoji otrok ...

Nenadoma me je zadelo kot strela. Rokopis tistega postavnega moškega, ki je bil zdaj moj zaročenec, se je ponovno zasvetil v mojih mislih. Rodila se je ideja. Imam izdelek, v katerega neomajno verjamem. Imam partnerja, ki mi stoji ob strani in se mi bo pridružil v tej avanturi. Imam znanje in občutek za trženje. Morda pa vse to ni golo naključje. In ko se je pridružil še bratranec, sem vedela. To je to.

Začeli smo skromno, bojevali smo »krvave« bitke; med seboj in z zunanjim svetom. Bila sem jaz, bili smo trije, sedaj nas je 13. Občasno smo skoraj odnehali, a nekaj nevidnega nas je držalo skupaj. Leto in pol je ta čaroben rokopis, ki je postal roman »Živa Sila: Pakt med dobrim in zlim« čakal na svojega »brata«: slovensko basen »Bik, medved in zmaj«.

Vsem, ki to berete, privoščim, da bi tudi vi, ki si to želite, odrinili na svoja pota in pisali svoje življenjske zgodbe. Mar ni najpomembnejše, da se ozreš na svoje življenje in rečeš: »Ni bilo zapravljeno, ampak pogumno živeto!«

S svežino, z dobro mislijo in vibracijami

Veliki mag slovenske besede Prešeren je pred skoraj dvesto leti, v nam tako težko predstavljivem času, zapisal željo, »da prepir iz sveta bo pregnan«. Danes o tej plemeniti misli – in upanju – razmišljamo s časovne razdalje, zato jo lahko vidimo kot sporočilo, poslanstvo in oporno točko za naše ravnanje v vsakdanjem življenju.

AVTOR IN FOTO PROF. DR. MILAN JAZBEC

Pa vendar še vedno živimo v svetu, v katerem je prepir vsakdanji gost, ne glede na civilizacijsko, kulturno, prosvetljensko ali pač kakršnokoli že drugo razvitost. Kako je to mogoče, zakaj ne živimo naših vsakdanjih življenj brez tega neljubega gosta?

Pred kakšnim poldrugim desetletjem, morda še celo malo prej, sem se praktično popolnoma odvadil razmišljati in delovati v negativnem smislu, z vrednotami, ki človeka pripeljejo in pripravijo do tega, da slabo misli in deluje, če poenostavim. Pravzaprav moram povedati še drugače: takrat sem se tega v celoti zavedel, spoznal in prepoznal kot način delovanja, kot – če hočete – mojo življenjsko filozofijo, pred tem pa sem več ali manj tako tudi deloval.

Pravkar predstavljeno pomeni, da za mene besede, kot so zavist, škodoželjnost, spletkarjenje, oviranje, maščevalnost in njim podobne, nič ne pomenijio. V mojem bivalnem, miselnem in vsakdanjem svetu jih ni. To pomeni, da ne razmišljam z njimi v glavi, da jih ne uporabljam v svojem delovanju; zame jih ni. To seveda ne pomeni, da jih ni, da ne bi vedel in se zavedal, da obstajajo. Prav gotovo vem, da vse to obstaja. Vendar ne v mojem svetu in delovanju. Dodatno ne uporabljam besed, ki imajo negativen prizvok in pomen, kot so npr. problem, težava, katastrofa in podobne. Takšne pojave poskušam opisovati v čimbolj nevtralnem smislu. Zakaj? Zato, da hitreje in lažje, predvsem pa s čim manj odvečnih misli vidim, kaj je potrebno storiti, da se zadeva reši.

Pozor – nisem rekel problem, ampak zadeva.

Z vsem opisanim sem se na daleč izognil temu, da bi sam vase, v svoje telo in psiho, v svoje življenje, vnašal razdiralne silnice. Tiste, ki škodujejo in se zarežejo vate, da ob tem čutiš fizično bolečino. Ne vem, zakaj naj bi tako počel, res ne. To je škodljivo za vsakogar, ne samo zame. To v menedžerskem smislu verjetno pomeni, da sem neke vrste tehnokrat, v filozofskem pa morda, da delujem kot zen. Ne vem. Vem pa, da se od takrat počutim bistveno boljše, da sem bistveno bolj sproščen in ustvarjalen (seveda sem bil že prej, kakopak) in (mi) gre lažje. Ne samo, da mi drugi to pravijo, ampak že kar sam čutim pozitivno energijo in vibracije, ki mi dajejo energijo – in jo tudi oddajajo drugim.

Da ne bo pomote: seveda sem bil v svojem življenju deležen vrste hudih spletk, hudobij in packarij. Če bi se vse izšle, kot so drugi mislili, bi pošteno 'nasankal'. Pa na srečo nisem. In tudi zato sem tak, pozitiven. Poskusite sami npr. en dan govoriti brez besed z negativnim prizvokom. Boste videli, da se boste bolje počutili. In vsi v vaši bližini. Ko se npr. starši pogovarjajo in ugotavljajo, kako so majhni otroci majhni problemi, veliki pa veliki, smo lahko prepričani, da otrokom to ni všeč. Če drugega ne, se jim v podzavesti izoblikuje ugotovitev, da so problem. Kdo je problem? Otroci? Kje pa. Podobno velja za odnose med ljudmi. Prepričan sem, da je vsako zadevo mogoče urediti s pogovorom, četudi s povišanim, a ne s pretečim in grozečim glasom.

Vse je odvisno od pripravljenosti, odnosa do drugega in lastne prizadevnosti. Razdiralna energija in obnašanje ne koristita nikomur in škodujeta vsem. Pozitivno ravnanje pa koristi vsem in ne škoduje nikomur.

Pravzaprav ni tako težko priti do tega, da je prepir pregnan iz naših življenj. Seveda nisem naiven idealist, tudi zaradi kakšne lastne izkušnje – kdo neki je pa nima – toda da se. Možno je. Treba je poizkusiti.

Skratka, mislimo in delujmo pozitivno, odprto in zavzeto. Širimo dobre energije in žlahtne vibracije. Boljše se bomo počutili in živeli, lepše nam bo. Bodimo dobri in prijetni. Mislimo dobro.

Prof. dr. Milan Jazbec je slovenski veleposlanik v Republiki Makedoniji in aktualni kandidat za predsednika države. Je avtor več knjig - njegova zadnja je Iskanje izgubljene duše.

me.tuljev učinek

Bodi najboljša verzija sebe

Skromna, vitka mlada dama se izkristalizira za izjemno 19-letno sogovornico. Študira v Salzburgu na glasbenem konzervatoriju. Tja se vozi z vlakom, "ker nisem dobra šoferka", a jo srce vedno znova vleče na Štajersko, kjer se fant pravkar odloča, da bi kot trobentač sledil njenemu zgledu in odšel študirat - 'ven'. Mladenka nastopa s svetovno znanimi orkestri na evropski ter svetovni ravni; prodor v tujino pa ji je uspel skozi projekt Mladi upi.

AVTORICA NATALIE C. POSTRUŽNIK
FOTO MATEJA JORDOVIĆ POTOČNIK

Najin pogovor se začne z dogovorom, da se tikava, pri čemer velikokrat zdrsne v "vi" - in se potem opraviči ter zasmeji.
"Joj, nisem navajena," *je njen odgovor.*

Kako se je pravzaprav začela tvoja zgodba, me zanima: "Ah, ne vem prav, pač od nekdaj sem vedela, kaj želim početi. Igrati flavto. Najprej tisto malo plastično, potem vedno boljšo. Ko sem se pred dvema letoma odločala, kakšno želim, smo ugotovili, da je zame najboljša zlata."
Kakšna pa je njena vrednost, jo povprašam in naletim na malenkostno neugodje, kot da bi bil sram: "Takšne stanejo tudi po 20, 30 tisoč evrov, zato imam samo 'glavo' zlato, ostali del pa od moje prejšnje ... ja, tista pa je stala 6.000 evrov." *Veliko žrtev, veliko odrekanj je v tem stavku, začutim. Sploh zato, ker je pred časom njen oče izgubil službo.*

A družina jo je ves čas podpirala.
"Moja mama je učiteljica glasbe, zato sploh nihče ni bil presenečen, da sem glasbenica postala tudi jaz. Moj brat, no, on je sicer najprej igral klavir, a je šel bolj po očetovih stopinjah, strojništvo, tehnika," *skomigne z rameni in se široko nasmeje. Koliko pa vadiš dnevno, da dosegaš te rezultate?*
Ah, ne veliko. Če se primerjam s pridnimi Korejkami, s katerimi študiram v Salzburgu, pravzaprav zelo malo."

No, koliko pa je to? "Ja, one vsak dan vadijo po pet ur. Jaz po dve, le kadar imam nastope ali pa izpit na faksu več, tudi pet ur ali več. Ampak v tem uživam!"
Pojmovanja o tem, kaj je veliko, se očitno med glasbenicami in ne-glasbenicami razlikujejo. Meni se zdita že dve uri na dan, vsak dan, vse dni v tednu - veliko.

Kako pa ve, katera izvedba je prava:
"Slišim, čutim, glasbo. Preigravam jo in skoznjo sporočam, po svoje interpetiram, da ljudje začutijo, kaj sem jim želela sporočiti."

Zasanjano pogleda skozi okno proti Kalvariji in Piramidi. Prav zagledam jo s flavto v roki in že kar vidim, kako jo čutna interpretacija potegne v nek drug, neznan svet ... kaj pa je tvoja najljubša glasba:
"Ah, vse, vse rada igram, nimam najljubše, tudi moderne rada igram, v vsako glasbo lahko dam del sebe."

Sliši se, kot da je tvoja pot šla ves čas navzgor, brez težav. Kako si se spoprijemala z neuspehi? "Neuspehi?" Razmišlja. "Ma saj jih ni bilo, vedno sem se kaj naučila.

Aja, npr. ko sem se želela vpisati na Dunaj, pa sem naredila sprejemni izpit, a me niso vzeli, češ: 'Tvoj izbrani učitelj ima že preveč učencev, ne moreš priti k nam'. Ja, to je bila ena takšna izkušnja. Ampak tega nisem doživljala kot neuspeh. Pač zgodilo se je, gremo naprej.

Mogoče tega v tistem trenutku še nisem videla, ampak če do tega ne bi prišlo, sedaj ne bi bila pri tem učitelju v Salzburgu, ki je res super. Vzame si čas zame, pred nastopom mi vedno pošlje takooooo dolg mejl s spodbudnimi besedami, zanimam ga jaz kot človek in umetnica. Ja, to je bilo zame najpomembnejše spoznanje: čeprav v tem trenutku še ni videti tako, je bila izkušnja (tudi trenutno zelo neprijetna, žalostna, boleča) na daljši rok koristna."

Marsikdo bo rekel: tebi je lahko. Mama umetnica, družina te podpira, imaš fanta, ki te razume in krog prijateljev. Pa zdi se mi, da veš, kaj bi rada, a ne? Pri svojem delu se srečujem z mnogo mladimi, ki te odloč(e)nosti ne nosijo v sebi. Kaj bi jim sporočila?

"Hmmm, zanimivo, da me to vprašaš. Prav včeraj sem govorila s svojo prijateljico, ki je tudi glasbenica. Zelo organizirana, urejena. A je začela: kaj pa, če bi vse to pustila, v tem ni denarja, kaj če bi delala kaj drugega, kjer se več zasluži ... Priznam, da me je zmedla, da sem začela dvomiti.

A zame ni drugega odgovora: to želim početi, to bom počela. Razumem, kaj me sprašuješ. Mladim sporočam, naj poskusijo. Naj pogledajo, kaj jih veseli. Morda kakšen hobi. Pa naj enostavno 'probajo', pa bo kar bo. Morda bo uspelo, morda ne. Pa kaj. Saj smo še mladi, imamo prostor in čas za preskušanje. Tudi če ne bo uspelo, bodo imeli neko izkušnjo. No, sicer pa ni treba vložiti vsega, ne? Da ostane še kaj za novi poskus, novo izkušnjo, novo zgodbo."

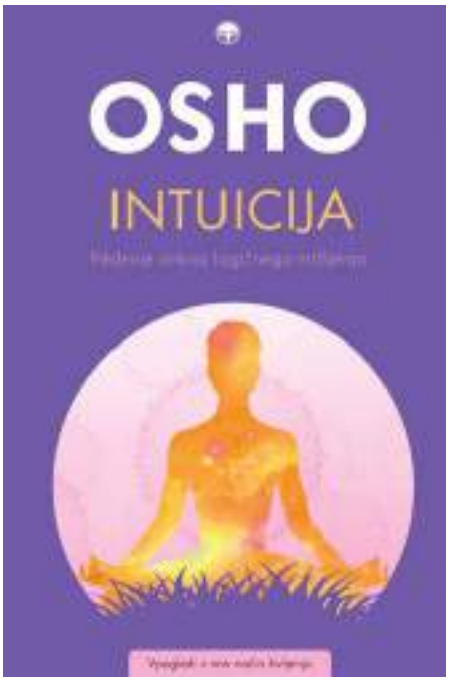
Govoriš o uspehu, pa neuspehu ... kaj zate predstavlja uspeh? Kar dolg premor sledi; pojem uspeh ji očitno ni pomemben ali pa o njem še ni razmišljala v takšnih okvirih, kot si jih postavljamo mi 'starejši, izkušenejši'.

"Biti najboljša različica sebe. To je zame uspeh. Da vem, da sem dala vse od sebe. Tudi če nisem osvojila prvega mesta ali nagrade na nekem tekmovanju. Pomembna mi je zavest, da sem v danem trenutku dala od sebe maksimum. To me zadovoljuje, to me žene naprej."

Mnoga podjetja kontinuirano podpirajo najrazličnejše že uveljavljene športnike, vendar se vse premalo pozornosti posveča mladim, zelo nadarjenim, a še ne uveljavljenim mladim talentom, ki še niso medijsko prepoznavni in so posledično manj zanimivi za sponzorje. Njihova karierna pot je tako v veliki meri odvisna od finančnih zmožnosti njihovih staršev, kar pogosto predstavlja veliko oviro na njihovi poti. V Zavarovalnici Triglav so ustvarili sistem odkrivanja in sponzoriranja mladih talentov – projekt z naslovom Mladi upi. Mladim ne skušajo nuditi le finančnih sredstev, ampak tudi strokovna znanja. Zanje organizirajo brezplačna izobraževanja, vključujejo jih v dogodke in projekte, da pridobivajo dragocene življenjske izkušnje, pomagajo jim pri navezovanju stikov ...

Osho: Intuicija

MNENJE PRISPEVA EVA ROSIČ



INTUICIJA
Osho
Založba Primus
Leto izdaje 2017

Osho, provokativni mislec 20. stoletja, v knjigi Intuicija na tehtnico postavi intelekt in moč proti čutenju in védenju. Moškega proti ženski. Levo možgansko poloblo proti desni. Intuicije ni mogoče znanstveno pojasniti.

Intuicija je v nas. Je trenutek, ki ga občutimo. Trenutek, ko preprosto vemo. Občutek, ki smo ga doživeli že vsi, tudi znanstveniki.

Osho izpostavi dejstva, ki se jih vsi zavedamo, a o njih redko razpravljamo. Moški so logični, zadržani, ženske čustvene. Zakaj ne pustimo moškim izkazati čustev? Ker sta v družbi cenjena le logično razmišljanje in pot do rešitve. Vsi smo drugačni in ne ustrezamo okvirjem družbe, a s prilagajanjem se uniči naša individualnost in intuitivnost. Sem v obdobju življenja, ko imajo vsi zastavljene cilje in vedo, kaj želijo v prihodnosti.

Jaz pa se iščem, spoznavam in prepuščam toku življenja.

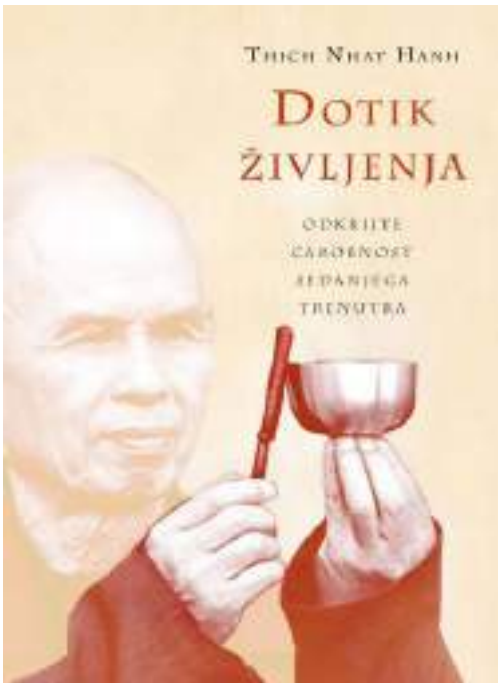
Pretirano premišljevanje me je v preteklosti velikokrat vrglo iz tira, zato sem se ob prebiranju Oshovih besed počutila razumljeno.

Spoznala sem, da ni narobe samo zaupati smeri, v katero grem, in ne iskati točne destinacije, zaupati sebi in tistim občutkom.

»Vsak trenutek … to je to,« neštetokrat slišane besede so me na koncu knjige prevzele. Že skozi knjigo pa sem začutila nianse teh besed. Res je, ne premišljujmo, samo opazujmo in občutimo, uživajmo v skrivnostnosti in le bodimo. Ne iščimo cilja, ampak uživajmo in odkrivajmo smer. To je skrivnost intuicije.

Titch Nhat Hanh: Dotik življenja

MNENJE PRISPEVA JANJA LESKOVAR



DOTIK ŽIVLJENJA
Thich Nhat Hanh
Založba Primus
Leto izdaje 2013

Religijam in verstvom nikoli nisem posvečala prevelike pozornosti, pa vendar sem zmeraj dopuščala odprtost, da sprejmem njihovo resnico. Knjiga pooseblja budizem in Budove nauke ter govori o pozornosti in osredotočenosti naše navzočnosti v življenju.

Samo bistvo Dotika življenja je, da se zavedamo tega trenutka, tega vdiha in izdiha ter vsake naše trenutne kretnje.

Dotik življenja ponuja odgovor, kako naprej, ko se počutimo ujeti v prilagajanju okolici in njenemu mnenju, ko pozabimo nase, na naš lasten dih.

Ugotavljam, da v gorah, kjer se počutim najbolj sproščeno, že izvajam vajo tukaj in zdaj, saj takrat najbolj začutim sebe, zrak okoli mene, življenje pa se pokaže v drugačni perspektivi. Lahko rečem, da takrat najbolj živim.

Knjiga skozi meditativne vaje uči, kako biti pozoren, osredotočen in navzoč v svojem življenju, posledično navzoč tudi v življenju drugih.

Vaje zvenijo zelo preprosto, pa vendar se ob tem porajajo vprašanja. Smo dovolj odprti in si pripravljeni vzeti čas za preizkus? Lahko verjamemo, da našo navzočnost spremeni že zgolj osredotočenost na dihanje? Smo pripravljeni na Dotik življenja v nas samih?

Ob branju knjige sem dojela, koliko stvari počnem avtomatično, ob tem pa pravzaprav ne živim, saj nisem osredotočena - na opravljanje dela, ki ga počnem, na dihanje, na življenje.

10 let
LIDL
PREPROSTO VEČ ZA VAS
TOMAŽ KAVČIČ | vrhunski kuhar
„Vsak trenutek
je praznovanje navdiha
za novo kulinarično doživetje.“
SVOJ NAVDIH POIŠČITE NA:
WWW.LIDLOV-NAVDIH.SI

Navdihni.me

www.navdihni.me

Foto Gaja Postružnik. Gajo navdihujejo živali. Predvsem konji in psi.
Zato bo veterinarka s srcem in dušo. Kaj pa vi?

Navdihni.me

Čas je za dobre zgodbe - tudi vaše. Poznate kakšno? Delite jih. Z nami. V Navdihni.me.

Odgovorna urednica mag. Natalie C. Postružnik

Glavna urednica Nives Cvikl

Izvršna urednica Urška Henigman

Urednici Mirjana Mladič, Irena Dobnik

Oblikovanje Gorazd Postružnik

Spletna revija Navdihni.me je vpisana v razvid medijev pod št. 2091

izdajatelj: Insights d.o.o., Trčova 211, Malečnik

www.insights.si, uvidi@insights.si

Foto na naslovnici: Aleksander Leon Cvikl