

VĒRĪBAS PRAKSES NOZĪME VADĪBĀ

Ernsts Oto Šarmers: U teorija.

Juris Rubenis, Dr.theol., autorizēts kontemplācijas/meditācijas skolotājs



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Nākotnes ceļš



▶ **Ernsts Oto Šarmers** (1961) ir vadības zinātņu un ekonomikas speciālists, pasniedzējs MIT (Masačūsetas Tehnoloģiju Institūts), tūkstoš talantu programmas profesors Činhua Universitātē un Presencing Institūta līdzdibinātājs. Viņš ir *U teorijas* un *presencing* autors. 2015. gadā viņš MIT dibināja masveida atvērtu tiešsaistes kursu, kas piesaistīja vairāk nekā 75000 reģistrētus lietotājus no 185 valstīm. Viņš saņēma MIT Džeimsona izcilības balvu (2015) un ES *Leonardo Corporate Learning* balvu par ieguldījumu U teorijas un vadības zinātņu mācīšanā (2016). 2016. gadā viņš tika nosaukts par vienu no pasaules 30 izcilākajiem izglītības speciālistiem www.globalgurus.org



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



- ▶ **Jūtošās klātbūtnes – presencing** prakse ir **U teorijas** ietvaros E.Oto Šarmera izstrādāta metode, kas palīdz indivīdiem un grupām iegremdēties dziļākajos apziņas stāvokļos (ko varētu raksturot kā *radikālu klātbūtni tagadnē*), kā rezultātā tiek aktivizēti cilvēka apslēptie resursi un tiek atvieglots *jaunu* lēmumu atklāšanas un pieņemšanas process. Šie lēmumi vēlāk tiek prototipēti un īstenoti.
- ▶ Aizvien biežāk mēs sastopamies ar situācijām, kuras ar pagātnē ierastajiem veidiem (analīze – plānošana – realizēšana) mēs vairs nevaram atrisināt. Lai radītu jauno, nepieciešams **jauns** ceļš, savādāks nekā ierastais. Tāds ceļš ir *presencing*, kas palīdz sasniegt jaunus krastus. Tas nozīmē apzināties un saprast mūsu pašu, uzņēmuma vai situācijas **nākotnes potenciālu**.
- ▶ Process mūs aizved uz kādu dziļu iekšēju vietu, kas mums palīdz ieraudzīt, kas šinī konkrētajā situācijā no nākotnes vēlas ienākt tagadnē. Šo praksi izmanto biznesā, organizāciju attīstībā un topošajās *kontemplatīvā menedžmenta* un *kontemplatīvās izglītības* jomās. Taču *presencing* prakse palīdz pieņemt apzinātus lēmumus ikvienā jomā un mācīties patiesi komunicēt ar cilvēkiem un Realitāti.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē

GALVENĀ TĒZE

Mūsu panākumi nav atkarīgi no tā, *ko* mēs darām vai *kā* mēs darām, bet *no iekšējās vietas*, no kuras mēs darbojamies.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



Oto Šarmers:

es nezināju, kur šī vieta ir, jo šī vieta nav mūsu ikdienas pieredze.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Mācīšanās veidam – *mācīties no tapšanā ietvertās nākotnes* – ne tikai nebija metodes, bet pat neviena īsta nosaukuma.

O.Šarmers šo procesu nosauca par **U teoriju** un **presencing** – *presencing* saista **sensing** (*sajust* nākotnes iespējas) un **presence** (*klātbūtnes* stāvoklis pašreizējā acumirkļī) – **jūtošā klātbūtne**.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

U TEORIJA

Ernsts Oto Šarmers

Kreisā: nokāpšanas puse

1. LEJUPLĀDĒT.

vedie mo deji, ieradumi, spriedumi. Klausīties no ieradumiem. Apstiprināt klausīšanās: Jā, es zinu! Klausīties un nedzirdēt. Neid jauna!

Apstāties, piebremzēt veidot telpu, kurā ieaicināt citas perspektīvas, lai saprastu

2. JERAUDZĪT: VĒROT, VĒROT, VĒROT

paturēt prātu atvērtu, apzināties savus pieņēmumus. Jaunais!

Pārorientēties, atkāpties, padomāt

3. SAJUST

nonākt saiknē ar sirdi. Empātiski klausīties no lekcijas, no "tavas" pasaules, atzīmēt sevī

Atlaist, ļaut iet (letting go)

Visas inteligences integrācija: intelektuālo zināšanu (atvērts prāts), emocionālo un attiecību zināšanu (atvērta sirds) un sevis iepazīšanas zināšanu (atvērta griba) integrēšana.

ATVĒRTS PRĀTS

Domāšanas atvēršana. Neatvērts prāts – šaubas.

ATVĒRTA SIRDS

Jušanas atvēršana. Neatvērta sirds – cinisms.

Attīstīt spēju mīlēt un novērtēt.

U. Maturana: mīlestība ir vienīgais emocionālais stāvoklis, kas pastiprina mūsu spēju saprast.

ATVĒRTA GRIBA

Gribas atvēršana. Neatvērta griba – bailes.

K. Vilbers: griba ir patiesi brīva tikai tad, ja to nenosaka pagātne. Aktīvi pieslēgties nākotnei!

Labā: uzkāpšanas puse

7. REALIZĒT.

darbojoties no viengabalainas vienotības. In situacionālā struktūrā un praksē.

Īstenot. Ātri darboties ar dabisko plūsmu, lai radītu jaunu realitāti.

6. PROTOTIPĒT, APROBĒT

savienojot rokas, sirdi un galvu. Domā ar rokām! Spēka pievienošana! Emocionāla ieskaitīšanās + dzīva izpratne. Atkārtoti, atkārtoti, atkārtoti. Izpētī jauno caur darīšanu. Dari to un tikai tad vaicā: vai tas ir iespējams?

IZMĒĢINĀT, precizēt, rīkoties ļoti ātri!

5. SAKOPOT, KRISTALIZĒT

viestību un no domas. Ļaut kaut kam notikt. Satiekies ar topošajām nākotnes iespējām. Nodoma spēks!

Ļaut nākt, notikt (letting come)

1.-3. ATVĒRŠANĀS/ATKLĀŠANA

Atveras akās zonas. Pārspēt domu, emociju, gribas pretestību. Vispirms atvērt prātu, sirdi, gribu. Tad tos apvienot efektīvai darbībai. Lai nav haotiska darbošanās, prātošana, tukša runāšana. Cieši satikties ar ārējo pasauli, atrast, sev iekšējo zināšanu telpu un ļaut iznākt vispusē impusiem, kuriem dot veidolu.

4. PRESENSING /JŪTOŠĀ KLĀTBŪTNE

Radikāla klātbūtne tagadnē; savienoties ar avotu: "izlīst caur adatas ad". Izveidot klusuma telpu, satikties ar to, kas no tās rodas, ko lielāku. Klausīties radoši no avota, no nākotnes, kas vēlas rasties, satikt manis pašā dzīšādās idejas. Transformācija: es, esmu dīvs cilvēks! No slēgtās uztveres un atvērto, radošo. Miera stāvoklī pašas sāk uzpeldēt atziņas!

5.-7. RADOŠĀ DARBĪBA/AKTUALIZĀCIJA

Lai vislabāk risinātu mūsdienu lielākos uzdevumus ir jāpāriet no paplašināšanās. Jānotiek apziņas paplašināšanai, ieskaitīšanai. Divi uztveres avoti: eksistējošās normas, vai – cilvēkā aplēptās zināšanas. Vēro un meklē vietu, kas krakšķ! Kur parādās plaisas? Dzīšajā punktā ir sliekšnis, to pārvarēt ir kā nomirt un piedzimt no jauna. Atrast un īstenot savas dzīves dzīšāko NODOMU.

**12 principi un prakses, kuri
veicina individuālo dzīves
ceļu no mazās patības uz
lielu kļuvušo patību, no es
uz mēs.**



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



ĒROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ



1. Nesprediķot, bet rīkoties. Sāc ar klausīšanos. Saisties ar cilvēkiem tur, kur viņi ir un meklē no šiem skata punktiem plaisas vai atvērumus. Tad esi gatavs palīdzēt.
2. *Novēro, novēro, novēro*: kļūsti “pasaules meistars” novērošanā un sadzirdēšanā, sākot no ārējiem faktiem līdz cilvēciskās pieredzes smalkākajiem līmeņiem (atvērta domāšana, atvērta sirds, atvērta griba).
3. Saisties ar savu nodomu un padari sevi par instrumentu. Nodoms nav tikai stiprs spēks. Tas ir *vienīgais* spēks. Savienoties ar savas dzīves ceļa mērķi, tā ir došanās vertikālā virzienā: “Kas es esmu?”, “Kāpēc es esmu šeit?”, “Kā es varu savienot savu darbu ar savu dzīves uzdevumu vai savu profesiju ar savu aicinājumu?” Jo lielāku skaidrību mēs par to iegūstam, jo labāk varam kļūt par instrumentu, kas ļauj rasties tapšanā ietvertajai nākotnei.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



4. Kad atveras plaša uz nākotni - savieno sevi ar to un rīkojies no *šeit un tagad*. “Novēro...”, nodoms vertikāli un horizontāli savienos tevi ar tagadnes un gatavības augstāko līmeni. Tam nepieciešama uzmanība un gatavība tapšanā ietvertajam. Dari to, un tikai tad vaicā, vai tas ir iespējams.
5. *Seko savai sirdij* – dari, ko tu mīli, mīli, ko tu dari. Ja tas nesokas, pastāv bažas pazaudēt savu paša ceļu un dzīvot citu dzīvi.
6. Vienmēr *paliec dialogā ar visumu*, jo tā ir palīdzēt gatava vieta. Mūs aptver lielāks konteksts – tas apgādā mūs ar nepieciešamo atgriezenisko saiti.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



7. *Veido radošās klausīšanās telpu, kas tevi stiprina tavā dzīves ceļā. (Dialoga aplim iesakām 7 personas, kuras tiktos dažas reizes gadā.)*
8. *Atkāрто, atkāрто, atkāрто – labās U-procesa puses nozīme, vingrināties un pielāgot to, kam jārodas. Izpēti jauno caur darīšanu.*
9. *Esi klātesošs, kad atveras nākotnes iespēju lauks. Visas pārmaiņas notiek kontekstā – personiski, attiecībās, institucionāli vai globāli, atklāj arī sistēmu nomales, jo šeit, ja paveicas, uzpeld nākotnes iespēju lauks, kas vēlas nākt pasaulē.*



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



10. Izvēlies *atbilstošāko valodu* dažādiem iesaistītajiem. Pārmaiņu mēģinājumi ar tikai **vienu vienīgu fokusu** gandrīz vienmēr ir lemti neveiksmei.
11. Ja tu vēlies izmainīt citus, tev jābūt gatavam vispirms *mainīt sevi*. Svarīgākais ir tavu *attiecību kvalitāte* ar pārējiem iesaistītajiem. Tās tev jāveido un jāstiprina.
12. Nepadodies. Nekad. Tu neesi viens. Katrs ceļš pretim inovācijai un pārmaiņām prasa milzīgu neatlaidību. Dažreiz nepieciešami gadi bez panākumiem, līdz kļūst redzams kaut kas taustāms. Mācies no savām kļūdām. Zaudēt drosmi pēc neveiksmēm ir enerģijas zaudēšana. Ierosināt izmaiņas, prasa drosmi. Drosme dzīvo paļāvībā, ka neesam vieni. Šī drosme savieno mūs ar mūsu patības dziļākajām dimensijām.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA

Eiropas Savienības
strukturfondi un
Kohēzijas fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē



Sešpadsmit jautājumu refleksija:

1. Kas Jūsu dzīvē un Jūsu darbā iet uz galu, mirst un kas vēlas dzimt?
2. Kas bija Jūsu “sargeņģeļi”, tātad cilvēki, kuri Jums ir palīdzējuši pilnībā izmantot savu potenciālu?
3. Kur šinī brīdī jūs jūtat, ka atveras kāda nākotnes iespēja?
4. Kas Jūsu pašreizējā darbā un / vai privātajā dzīvē satrauc jūs visvairāk?
5. Kuri ir Jūsu svarīgākie enerģijas avoti? Ko Jūs mīlat?
6. Paskatieties uz sevi no augšas kā no helikoptera. Ko Jūs tieši pašreizējā savas profesionālās un personiskās dzīves ceļa posmā mēģināt darīt?
7. Aplūkojiet no augšas savas sabiedrības/ organizācijas/ kolektīvās kustības ceļu. Ko Jūs tieši pašreizējā sava kopīgā ceļa posmā mēģināt darīt?
8. Kādus jautājumus jums sev tagad jāuzdod saistībā ar atbildēm uz iepriekš minētajiem jautājumiem?
9. Aplūkojiet savu tagadējo situāciju no perspektīvas, kurā jūs pats bijāt kā jauns cilvēks sava dzīves ceļa sākumā. Kas šim jaunajam cilvēkam ir jums sakāms?
10. Iedomājieties, ka Jūs varētu patīt uz priekšu dzīvi līdz tās pēdējām minūtēm, brīdim, kad ir pienācis laiks revīzijai. Tagad Jūs atskatāties atpakaļ uz visu savas dzīves ceļu. Ko jūs šinī brīdī labprāt ieraudzītu? Kāds pēdu nospiedumus Jūs gribētu atstāt uz šīs planētas?



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ

Sešpadsmit jautājumu refleksija:

11. Kādu padomu Jūsu nākotnes patība dotu Jūsu tagadnes patībai no nākotnes skatupunkta?
12. Tagad atgriezieties tagadnē un izkristalizējiet, ko jūs vēlētos radīt: jūsu redzējums un nodoms nākamajiem trim līdz pieciem gadiem. Kāda vīzija, kādi nodomi Jums ir attiecībā uz sevi un savu darbu? Kādi ir galvenie nākotnes elementi, ko Jūs vēlētos sasniegt savā personīgajā, profesionālajā un sociālajā dzīvē? Aprakstiet attēlus un elementus, kas nāk prātā. Jo precīzāk, jo labāk.
13. No kā Jums jāatbrīvojas, lai īstenotu savu vīziju? Kas ir *vecāis*, kam jāmirst? Kādas “vecās ādas” (izturēšanās veidi, domāšanas paradumi utt.) jums jānovelk?
14. Ja Jums nākamajos mēnešos būtu jārada prototips - mikrokosms paredzētajai nākotnei, caur kuru Jūs varētu atklāt “Jauno” caur konkrētu darbību – kā šis prototips izskatītos?
15. Kas jums var palīdzēt īstenot Jūsu lielākās nākotnes iespējas?
16. Ja Jūs īstenotu savus augstākos nodomus, kas būtu pirmie praktiskie soļi, kurus Jūs spertu tuvākajās dienās?
17. Uzaiciniet savas grupas biedrus uz sarunu par šo 16 pakāpju refleksiju. Intensīvi ieklausieties un ļaujieties sarunas plūdumam.



Valsts kanceleja

NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Savienības
struktūrfondi un
Kohēzijas fonds

IEGULDĪJUMS TAVĀ NĀKOTNĒ