

CESTA (NE)OBYČEJNÉHO ČLOVĚKA

SPOLEČENSTVÍ LIDÍ JAKO KRUH



Jan František Bím

Společenství lidí jako kruh

Edice Cesta (ne)obyčejného člověka

Jan František Bím © 2016-8

Obálka Aka Bímová © 2016

Jazyková korektura Ingrid Němečková

Vydání 2.02

Publikováno vlastním nákladem 4. 5. 2018

OBSAH

Úvod	1
Je tento ebook zdarma?	2
1. Pravidla fungování kruhu	3
1.1. Základní pravidlo fungování kruhu	3
1.2. Další osvědčená pravidla pro funkční kruh	3
1.3. Co kruh oslabuje	5
2. Dynamika sezení v kruhu	6
3. Význam jednotlivých členů kruhu pro sebe navzájem	9
4. Kruhy, které se scházejí opakovaně	10
4.1. Přijímání nových členů kruhu	10
5. Role starších (elders) a facilitátorů	12
5.1 Rozmístění elders / facilitátorů v kruhu	12
5.2 Světové strany v kruhu	13
6. Nepřítomní členové kruhu	14
7. Další formy kruhu	15
7.1 Vnitřní a vnější kruh	15
7.2 Akvárium	15
8. Rituály na podporu fungování kruhu	16
9. Kdy je kruh vhodný a kdy vhodný není	17
10. Příklady kruhů	18
10.1. Meditační kruh	18
10.2. Kruhy z rituálů Hledání vize	18
10.3. Tvořivý kruh	20
10.4. Kruh lektorů a tvůrčích lidí	20
10.5. Rodinný kruh	21
10.6. Kruhy JILMu	21
10.7. Kruh v domově mládeže	21
10.8. Kruhy ve firmách	22
Bibliografie	23
Internetové odkazy	23

ÚVOD

Během života se často vyskytujeme v různých kolektivech lidí, počínaje rodinou přes třídy ve školce či škole, pracovní týmy, setkání příbuzných, setkání kamarádů nebo třeba stůl štamgastů v hospodě. Někdy je smyslem setkání jen tak spolu být, jindy se něco naučit či případně něco společně vytvořit. Někdy se tento smysl naplní, někdy ne. Zajímalo mne, kdy se stává, že mám ze setkání dobrý pocit a cítím, že mě setkání posunulo. Zjišťuji, že dobrý pocit mívám hlavně ze setkání ve skupinách, kde jde lidem o podobnou věc a kde je základem respekt ke všem zúčastněným, vzájemné naslouchání a přijetí. Takovýmto povedeným setkáním jsem začal říkat kruh, neboť vzájemný respekt je dobře vyjádřen kruhem lidí kolem kulatého stolu. Postupně jsem začal s kruhy lidí experimentovat a hledat různá možná fungování kruhů. Zažívám kruhy, ve kterých skoro nemluvíme, a dokonce se ani neznáme jmény, kruhy, na kterých sdílíme své příběhy, i kruhy, ve kterých se snažíme něco vytvořit nebo rozhodnout.

Zájem o společenství lidí v kruhu mne dovedl ke knihám Morgana Scotta Pecka *Nevyšlapanou cestou* (1) a *V jiném rytmu* (2), k učení o kruzích čerokíjského šamana Roberta Stojícího Medvěda, ke knize Jacka Zimmermana a Virginie Coylové *Cesta poradního kruhu* (3) a ke councilovému hnutí.

Pokusím se vám předat svá pozorování a porozumění kruhům z našich prožitků i z vnějších zdrojů. Naslouchejte, ale moc nevěřte. Hledejte vaše zkušenosti a vaše vlastní způsoby dobrého fungování společenství a kruhů.

V tomto druhém vydání jsem rozšířil popisy příkladů kruhů, přidal hlubší pohled na význam různých míst v kruhu a přidal více podrobností o práci facilitátorů.

Děkuji Lucii Luňáčkové za konzultaci záležitostí kolem kruhů a Ingrid Němečkové za jazykovou korekturu.

JE TENTO EBOOK ZDARMA?

Ano, tento ebook je zdarma v elektronické formě ke stažení na webu www.janbim.cz nebo www.cestaneobycejnehocloveka.cz.

Všechny zde obsažené informace jsou volně k použití. Můžete je tedy libovolně používat, kopírovat a předávat dál. Citaci je nutné uvádět jen u těch informací, které v knize sám cituji.

Když vám tento ebook přinese nějaký prospěch, inspiruje vás, něco se naučíte, váš život se posune kupředu nebo vám bude třeba jen na chvíli lépe, pak je dobré *energii vrátit*. Pokud se tak nestane, vznikne energetická díra. A protože jsme všichni vzájemně propojeni nekonečnou sítí vzájemných závislostí, energetické díry po této síti kolují a nakonec dorazí zpět k vám. Pokud tedy energii nevrátíte, nebude to pro vás výhra ani užitek zadarmo.

Energii vrátíte jedním z těchto způsobů:

- Pošlete finanční obnos ve výši ekvivalentní vašemu užitku na bankovní účet Jana Bíma číslo 2000925264, kód banky 2010.
- Pošlete stejně velký obnos na charitativní účely nebo někomu, o kom víte, že mu peníze momentálně chybí.
- Udělejte dobrý skutek ve vašich očích ekvivalentní vašemu prospěchu z této knihy.
- Zvolte libovolnou kombinací výše popsaného.

Jak posoudit, jaká je ona „ekvivalentní výše“? Měřit ji můžete jen tehdy, pokud již k nějakému užitku došlo (ihned po stažení bude asi užitek „0“). Horním limitem jsou vaše finanční či jiné možnosti (nemůžete dát, co nemáte). Soustředte se chvíli do středu hrudníku na svůj dech. Několikrát se zhluboka pomalu nadechněte. Nyní nechte svou intuici, aby vytvořila onu „správnou výši“.

Ve výsledku tedy za tento ebook nemusíte dávat nikomu nic, a také můžete na uvedený účet či na jiné účty poslat velké částky peněz či udělat tisíce dobrých skutků, když u vás došlo k „obrovskému“ užitku.

1. PRAVIDLA FUNGOVÁNÍ KRUHU

1.1. ZÁKLADNÍ PRAVIDLO FUNGOVÁNÍ KRUHU

Aby kruh byl kruhem, je potřeba, aby bylo splněno zásadní pravidlo o dvou částech:

- mluví jen jeden člen kruhu,
- ostatní členové kruhu mu naslouchají.

Zní to jednoduše, ale když si pozorně všimnete, jak probíhají vaše rozhovory u jídla či na poradě, tak zjistíte, že ve většině případů je porušena alespoň jedna část tohoto pravidla. U oběda mluví obvykle více lidí najednou, a na poradě sice obvykle mluví jen jeden, ale ostatní si často rozmyšlejí svůj příspěvek, který řeknou za chvíli, anebo jsou duchem nepřítomni.

Splnění tohoto pravidla lze napomoci tím, že se začne pracovat s „mluvící hůlkou“ nebo „mluvícím předmětem“. Jedná se o nějaký předmět, jehož momentální držitel může mluvit. Hůlka buď koluje kruhem (obvykle ve směru hodinových ručiček), nebo si pro hůlku mluvící chodí doprostřed kruhu a po skončení řeči ji zase vrátí. V tomto případě si pro hůlku jde ten, kdo cítí, že má v tuto chvíli co říci.

Dalším způsobem, kterým lze napomoci dodržení základního pravidla, je to, že každý, kdo má hůlku, mluví jen o sobě a o svých pocitech a nevyjadřuje se o druhých. Může reagovat na někoho jiného v kruhu, ale nepronáší svoje soudy o druhém řečníkovi („Ty jsi úplně mimo. Vidíš to špatně.“), sděluje jen svůj pohled na věc a své pocity („Z mého pohledu to vnímám tak a tak. To, co jsi řekl, ve mně vyvolalo ten a ten pocit strachu.“)

Pomáhá také, když jednotliví členové kruhu respektují druhé členy kruhu, všichni mají stejnou možnost říci svůj názor, a současně i možnost v určitém okamžiku nemluvit.

1.2. DALŠÍ OSVĚDČENÁ PRAVIDLA PRO FUNKČNÍ KRUH

Dobrému kruhu prospívá, když je *skladba účastníků* kruhu *co nejrozmanitější*: muži, ženy, mladí, staří, případně i děti, zkušený i nezkušený, člověk z vedení firmy i člověk z nejnižších pozic. Několik let jsme s kolegy pořádali každý rok dvě skupiny účastníků se rituálu Hledání vize – jednu otevřenou a druhou určenou pro studenty vysokých škol a čerstvé absolventy. Rozdíl v kvalitě sdílení v kruhu byl tak velký, že jsme se posléze rozhodli studentské kruhy Hledání vize dále nedělat a udělat dvě skupiny otevřené. V otevřené skupině, kde se sešli lidé od 20 do 55 let, bylo sdílení mnohem silnější a jednotliví členové kruhu si mohli navzájem sdělit mnohem více, a to díky větším rozdílům v životních zkušenostech. Starší mohli sdělit, jak řešili jednotlivé životní situace, a mladší zas mohli položit otázky, které by si starší již sami nepoložili.

Je dobré, když sezení v kruhu začíná *naladěním*. Takovým naladěním může být modlitba některého z účastníků s vyslovením společného záměru kruhu, hraní na

šamanský buben po dobu několika minut nebo několikaminutové společné ticho. Formu naladění je potřeba zvolit tak, aby byla přijatelná pro všechny členy kruhu.

Na začátku je dobré říci svá *jména*, sdílet, s jakým *záměrem* jednotliví členové do kruhu vstupují a jak se mají po stránce emoční. V dalších kolech pak sdílet nějaký *osobní příběh z poslední doby*. Tato část je velmi důležitá. Umožňuje vytvořit pocit vzájemné důvěry a „roztočit“ energii kruhu. U kruhů, jejichž smyslem je něco vytvořit, děláme toto sdílení třeba celé dopoledne a k vlastní tvořivé práci se dostaneme až odpoledne.

Setkají-li se v kruhu lidé, kteří nemají s kruhy zkušenosti, případně jsou z velmi rozdílných prostředí, je dobré na začátku sezení *definovat pravidla*, která bude kruh dodržovat. Obvykle je dobré, když se této práce ujme někdo ze zkušenějších účastníků kruhu. V kruhu zkušenějších je možné definici pravidel vynechat, ale pokud se stane, že kruh „neteče“, je potřeba se k explicitní definici momentálně platných pravidel vrátit. Pokud v kruhu sedí osoba s velkou neformální autoritou (lektor, náčelník, starší, elder), vnáší pravidla do kruhu „neverbálně“ svým chováním.

Velmi dobré zkušenosti máme s pravidlem, že každý *mluví to, co mu zrovna přijde na jazyk*, a to v okamžiku, kdy je řada na něm. Ostatní pozorně *naslouchají* a nepřipravují si svoji řeč na chvíli, kdy na ně dojde řada. Již mnohokrát jsem se přistihl, že si nějakou řeč připravuji, ale vývoj v kruhu mi nakonec přinesl úplně jiná slova, než bych řekl před chvílí. Slova vyřčená měla nakonec mnohem větší sílu než slova rozmyšlená. Připravená slova totiž nejsou *tady a teď*. To neznamená, že není možné reagovat na někoho, kdo mluvil dříve, ale reagovat až při vlastní řeči bez rozmyšlených myšlenkových struktur. Pozoruji, že lidem z větších firem dělá toto pravidlo začátku potíže. Jsou zvyklí si své příspěvky do diskuze chystat dopředu a podpořit je předem připravenými prezentacemi. To může mít svůj smysl, ale ztrácí se rozměr kruhu *tady a teď*.

Dalším velmi dobrým pravidlem je *nechat emoce téci*. Při sdílení osobních pocitů a příběhů se často stane, že se mluvící a někdy i někteří z poslouchajících „propadnou“ do velké emoce. Přicházejí slzy, pláč či nekontrolovaný smích, někdy zlost či hněv. Ze zkušeností z mnoha kruhů mohu říci, že je dobré tyto emoce nechat téci a dotyčného „nezachraňovat“ nebo „nepacifikovat“. Nabídnout kapesník, ale jinak nechat být. Pro mnoho lidí je toto pravidlo hodně těžké. Nejsme zvyklí, aby emoce volně tekly. Již mnohokrát jsem musel zastavit „zachránce“, kteří se najednou v kruhu ocitli. Silné emoce jsou kořením kruhu. Když se podaří nechat je dobře projít a integrovat je do energie kruhu, pak začne mít kruh „velkou sílu“ a může přinést i velké léčení či velkou kreativitu. Aby mohly emoce v kruhu volně téci, naučili jsme se doprostřed kruhu dávat chřestítka, které komukoli v kteroukoli chvíli umožní „vychřestit“ emoci, která by jinak vyšla ven nevhodnou formou či by zůstala potlačena.

Pravidlo, které se velmi osvědčilo, říká, že *mluvící mluví jen po kratších částech*. V danou chvíli řekne jen první ucelenou část svého příspěvku. S další částí pokračuje,

až na něj přijde znovu řada. Již mnohokrát se nám stalo, že v kruhu v mezičase zaznělo něco, co další část příspěvku radikálně změnilo.

V některých kruzích jsme pracovali s pravidlem *omezeného času na příspěvek*. Omezit příspěvek je možné třeba stanovením maximálního počtu minut. Pokud se na takovémto pravidlu kruh domluví, je potřeba, aby byl stanoven *měřič času*, jehož úkolem je po uplynutí domluveného času vydat předem domluvený signál, že „vypršel čas“. Obvykle se používá úder do bubnu nebo do gongu. Osvědčilo se mi používat dvoustupňovou práci s časem příspěvku – domluvit si dva časy. První je signálem, že by mluvící měl hledat dobrou cestu k ukončení svého příspěvku. Druhý znamená, že jeho čas vypršel a měl by skončit velmi rychle.

Pokud se kruh domluví na více pravidlech, je dobré ustanovit *hlídače pravidel*. Úkolem tohoto člena kruhu je dohlížet na dodržování pravidel, a v případě potřeby vydat předem domluvený signál „porušeno pravidlo“. Signálem může být zazvonění, tlesknutí, zvednutá ruka či nějaké slovo. Obvykle signál neznamena přerušování příspěvku, ale jen upozorňuje mluvícího (a někdy poslouchající), aby respektoval(i) dohodnutá pravidla. Je taky možné dát do středu kruhu zvoneček či jiný zvukný předmět, který umožňuje komukoli zazvonit v případě, kdy si myslí, že je z jeho pohledu nějaké pravidlo porušeno.

V závěru sezení je dobré, aby každý člen kruhu sdělil, *co si z kruhu odnáší a v jakém emočním rozpoložení kruh opouští*. Pokud se jednalo o kruh, jehož záměrem bylo na něčem se domluvit či něco vytvořit, je dobré, když každý člen kruhu ke konci řekne *svůj pohled na výsledek tohoto záměru*.

1.3. CO KRUH OSLABUJE

Ze všeho nejvíc kruh oslabuje nedodržování základních pravidel, zejména nenaslouchání. Někteří mluvící dokáží rozlišit, jak moc kruh naslouchá. Při opravdovém naslouchání jim slova plynou jakoby sama. Kruh může oslabovat např. také:

- příspěvky členů kruhu jsou příliš obecné až filozofické, netýkají se osobního prožitku,
- kruh se příliš vzdálí od tématu nebo záměru setkání (dočasné opuštění tématu může být velmi prospěšné a umožnit úplně nový náhled, je však potřeba v pravý čas se vrátit),
- facilitátor nezachytí či nereflektuje důležité téma, které během sdílení vyvstalo,
- facilitátor nevytvořil dostatečně bezpečné prostředí pro sdílení.

2. DYNAMIKA SEZENÍ V KRUHU

Stejně jako u každého setkání více lidí má i sezení v kruhu svoji dynamiku a prochází jednotlivými částmi. Každý kruh je jiný a ani opakované kruhy ve stejném složení členů neprobíhají nikdy stejně. Přesto lze u kruhů vyzorovat některé opakující se fáze.

Zahájení. Velmi důležitá fáze, která může kruh otevřít, nebo hned na začátku zavřít. Speciálně u kruhů, které sestávají z lidí, kteří se dosud neznají, je zahájení podstatné. Obvykle kruh zahajuje svolavatel nebo někdo, kdo má formální nebo neformální autoritu. Na jeho prvních slovech, intonaci a gestech záleží, jestli kruh vůbec začne nebo ne. Vytváří se první krůčky k vytvoření prostředí důvěry. Dobrému začátku napomáhá příjemné klidné prostředí a možnost fyzicky sedět v kruhu. Podle naturelu převažujících účastníků je možné kruh zahájit modlitbou a nějakým obřadním úkolem (např. zapálení svíčky, zapálení vonné tyčinky, složení oběti Božstvu, ...)

V prvních slovech by mělo zaznít přivítání všech členů kruhu, vyřčení společného záměru, případně vyřčení základního pravidla komunikace v kruhu.

Představení a úvodní sdílení. Všichni účastníci se postupně představí (v některých kruzích, například na meditacích, pracujeme s kruhem bez osobních jmen) a sdělí, v jakém emočním rozpoložení se právě nacházejí a s jakým osobním záměrem do kruhu usedají. Ze zkušenosti obvykle je lepší, když se v této části mluví postupně po kruhu (skoro vždy po směru hodinových ručiček), než když se mluví na přeskáčku.

Naladění. Tato fáze v některých kruzích předchází představení a prvnímu sdílení. Naladěním může být společná píseň, společné „Om“, společné hraní na bubny ve stejném rytmu, hraní jednoho z účastníků na buben nebo jiný hudební nástroj, společné mlčení. Forma záleží na zvyklostech většiny účastníků a na společném záměru kruhu.

Sdílení současných emocí a příběhů z nedávné minulosti. Toto je z naší zkušenosti rozhodující fáze k tomu, aby kruh „nabral sílu“ a byl schopen léčení nebo opravdu kreativní práce. Jednotliví účastníci buď postupně podle místa v kruhu (obvykle obíhá „mluvící hůlka“) nebo podle pocitu, že teď mají co říci, sdílejí své aktuální emoce a příběhy. Často trvá dlouho (i několik hodin), než se kruh „rozjede“. Jednotliví účastníci postupně sbírají odvahu a důvěru sdílet hlubší a emočně silnější příběhy a stavy. Obvykle všichni začínají povrchními sděleními a obecnými pravdami. Když se podaří během těchto příspěvků postupně budovat vzájemnou důvěru v kruhu, začínají se postupně příběhy dostávat do větší hloubky a zranitelnosti, díky čemuž silné emoce vytečou samy od sebe.

Na některých setkáních se to nepodaří. Přesto nemusí být setkání ztraceno. V těchto situacích může pomoci, když někdo z účastníků „ztratí nervy“ a naveze se do dru-

hých, protože již nemůže dále snést povrchnost. Ve skupině to obvykle vyvolá konflikt a silné emoce se s ním dostaví.

V obou případech je důležité, aby emoce mohly téct. Někdy se někdo z účastníků pokouší „zachraňovat“ nebo „pacifikovat“ druhé, kteří podle něj nejsou „dobře“. To ale jen přilije olej do ohně.

Integrace emocí a sdílení důvěry. Když emoce začnou opadat (a případně skončí pokusy o záchranu nebo pacifikaci), může se vytvořit prostor „prázdná“. Pokud se to stane, prožité emoce se postupně začnou integrovat do psychiky jednotlivých účastníků a v kruhu začne se zvětšující se intenzitou kolovat „kruhová podpůrná energie“. Aby se to mohlo stát, musejí se všichni účastníci kruhu „přepnout“ do hluboké důvěry sami v sebe i navzájem.

Pokud většina účastníků přejde do důvěry a jeden či dva nikoli, pak lidé bez důvěry kruh opustí, nebo se kruh rozbije. Tento akt může situaci v kruhu vrátit zpět do sdílení emocí, nebo kruh může skončit.

Když se podaří prostřednictvím integrace prožitých emocí kruh roztočit, dostane se do stadia *vlastního kruhu*. V této chvíli vysoká sdílená energie v kruhu pomáhá jednotlivým účastníkům nořit se hluboko do sebe a z těchto hloubek přinášet slova (a někdy i činy) poskytující hluboké léčení, moudrost, poučení či kreativní myšlenky a řešení.

Závěrečné sdílení. Když začne energie kruhu vadnout, přechází sdílení do jakési rekapitulace. Jednotliví účastníci postupně shrnují své prožitky a zkoumají, co jim osobně kruh přinesl, zda naplnil společný záměr i jejich osobní záměry. Obvykle v této fázi přicházejí i slova díky.

Ukončení kruhu. Dobrým způsobem ukončení kruhu je „oběhnutí prázdné hůlky“, neboli mluvící hůlka oběhne celý kruh a nikdo z účastníků nic neřekne. V některých situacích je nutné končit v dohodnutý čas. Je zajímavé, že obvykle není potřeba čas příliš silně hlídat, ale všechny fáze kruhu samovolně směřují k danému časovému rámci. Někdy se to nepodaří. Pak je na účastnících kruhu, aby se každý sám za sebe na místě rozhodli, jak se situaci naloží. V kruzích, ve kterých došlo k hlubokým sdílením a silným emocím, je obvykle nutné proces dokončit i za cenu překročení času.

Je dobré, když je na konci prostor k *zažití výsledku kruhu*. V našich kruzích je to obvykle sdílené ticho po dobu několika minut a někdy závěrečné bubnování jednoho z členů kruhu. Může být doplněno děkovnou modlitbou.

Pozoruji, že každý kruh prochází ve svém dynamickém vývoji podobnými stadii, jakými prochází člověk během svého osobního vývoje (viz kniha *Vývoj člověka a přechodové rituály* (4)). Kruh postupně prochází zrozením – první setkání a první slova; následuje rané dětství – původní nevinnost a jasnost všech přítomných; střední dětství – nadšení z objevování a naslouchání; rané dospívání – podřízení a vzdor, kon-

flikt; pozdní dospívání – ponoření se do temnot, hluboké a silné emoce končící prázdňem a setkáním „s tím, co nás přesahuje“; raná dospělost – objevování vlastních kreativních a léčivých schopností a jejich manifestace do kruhu; pozdní dospělost – podpora kreativity a léčivých schopností druhých v kruhu; rané stáří – dosahování společných hloubek a výšin jednotlivě nedostupných; pozdní stáří – příprava na ukončení kruhu a shrnutí dosaženého; smrt – rozchod kruhu. Podle převažujícího stadia osobního vývoje účastníků kruh většinou rychle proběhne stadia, která mají účastníci prožítá a zvládnutá, a dostane se do stadia, které odpovídá většině. Zde dosahuje kruh svého vrcholu. Někdy, pokud je kruh opravdu silný a povedený, umožní některým či případně všem členům kruhu alespoň na chvíli „nahlédnout“ do stadia, kam ve svém vývoji ještě nedospěli. Dalšími stadii již kruh proběhne jen slabě. Stejně jako ve vývoji jedince i kruh se může v některém ze stadií zastavit a rozpadnout.

3. VÝZNAM JEDNOTLIVÝCH ČLENŮ KRUHU PRO SEBE NAVZÁJEM

Každý z účastníků vnímá jednotlivé další účastníky kruhu každého jinak. Důležitou zprávu může zaslechnout ze svých vlastních úst, častěji to ale bývá od někoho jiného. Z dlouhodobých pozorování se zdá, že pro každého účastníka jsou v kruhu nějakí klíčoví účastníci. Nejčastěji je klíčovým účastníkem ten, který sedí v kruhu naproti. Bývá zrcadlem odrážejícím stavy, které se v účastníku odehrávají. Sám jsem několikrát zažil, že mi naproti sedící účastník mi přinesl zásadní zprávy. Například v jednom kruhu seděl proti mně muž, který mluvil o tom, že se mu v poslední době několikrát stalo, že mu ostatní lidé ukazovali, že nemá pravdu. Najednou mi došlo, že to je velká zpráva pro mne. V předchozích dnech jsem měl s jedním člověkem menší konflikt, a najednou mi došlo, že v tom konfliktu nemám pravdu.

Dalšími významnými místy bývají místa sousedů po obou stranách. Obvykle od nich přichází podpora v okamžicích, kdy procházím nějakým procesem a v kruhu mi v tu chvíli není moc dobře.

4. KRUHY, KTERÉ SE SCHÁZEJÍ OPAKOVANĚ

Zasedám pravidelně v několika kruzích a byl jsem rovněž iniciátorem několika kruhů, které se dál scházejí bez mé osobní účasti. Mohu proto pozorovat, jak se opakované kruhy chovají a jak se liší od kruhů, které se sejdou jen jedinkrát.

Opakovaný kruh musí mít nějaký *účel* nebo *záměr* (Robert Stojící Medvěd říká *vášeň*), který účastníky vede k tomu, aby se setkání kruhu stále zúčastňovali. Je zajímavé, že tento účel (vášeň) se může postupně mezi jednotlivými setkáními proměňovat, ale stále musí být přítomen. Jakmile kruh začne účel (vášeň) ztrácet, postupně z něj začnou jednotliví členové odcházet, až se rozpadne úplně.

Zažil jsem kruh, který si z počátku říkal Charta 2012 a inspiroval se Chartou 77. Společným účelem a záměrem bylo vytvořit intelektuální podhoubí pro změnu společnosti, která nám připadala nemocná. Tento silný záměr poměrně rychle do kruhu přitáhl silné osobnosti. Během jednotlivých setkání se tento záměr začal postupně proměňovat a posouvat k rovině osobní transformace, vývoje jednotlivých členů kruhu a touhy naučit se spolu v kruhu zasedat. Tato změna záměru postupně odváděla některé členy kruhu a přivedla jiné. Po určité době jsme se společný kruh „naučili“, záměr ztratil svoji sílu a přitažlivost, a kruh se kvůli tomu nakonec rozpadl.

Aby kruh udržel svůj účel nebo záměr, je potřeba, aby obsahoval *užší pevné jádro*, které je pro záměr (vášeň) silně zapáleno a táhne zbytek kruhu. Jádro je také zodpovědné za držení pravidel a rituálů kruhu. Členové jádra mají stejná práva a povinnosti jako ostatní členové kruhu, a přesto jsou to oni, kdo kruh drží svým zapálením pro záměr. Ne u všech kruhů je všem členům jasné, kdo je členem jádra, přesto jádro kruh drží. Rozpadem jádra se rychle rozpadne celý kruh.

Aby bylo možné se scházet a být v kruhu, je nutné, aby všichni členové dodržovali *pravidla a rituály kruhu*. Je lépe, když jsou tato pravidla a rituály formulované, ale hodně kruhů pravidla popsaná nemá. Je na jádru kruhu, aby jeho členové pravidla drželi. Některé kruhy začínají svá jednání tím, že si znovu popíší platná pravidla a rituály kruhu. Když se zjistí, že již nevyhovují, kruh se dohodne na nových. Jedním ze zásadních pravidel, na kterých se musí kruh domluvit, je, jakým způsobem se mění pravidla kruhu (musí souhlasit všichni nebo stačí určitá část členů). Jádro kruhu se musí postarat o to, aby kruh vypudil/vyloučil členy, kteří pravidla opakovaně nedodržují.

4.1. PŘIJÍMÁNÍ NOVÝCH ČLENŮ KRUHU

Přijímání nových členů do kruhu je pro fungování kruhu kritická věc. S každým novým členem se zvyšuje různorodost členů, což vede k potenciální možnosti hlubší práce kruhu, ale současně možnost, že se členem kruhu stane člověk, který jej bude rozkládat.

Přijímat nové členy může kruh několika možnými způsoby:

- každý nový zájemce je automaticky přijat,
- za nového člena se musí zaručit (stát se jeho garantem) některý současný člen kruhu,
- za nového člena se musí zaručit nějaké předem dané množství stávajících členů,
- každý z členů má právo veta na přijetí konkrétního nového člena,
- člen je přijat až poté, co se na jeho přijetí shodnou všichni členové kruhu,
- kombinací předchozích.

S přibývajícím množstvím členů se pravidlo o přijímání nových členů může měnit. Například zpočátku se přijímají všichni zájemci a po čase již každý nový zájemce musí mít svého garanta.

5. ROLE STARŠÍCH (ELDERS) A FACILITÁTORŮ

V některých kruzích zasedají členové, kteří mají mezi ostatními členy kruhu formální a/nebo neformální autoritu. Tito „starší“ obvykle bývají součástí jádra kruhu. České slovo „starší“ nevyjadřuje příliš dobře podstatu toho, jací tito lidé jsou; anglické „elders“ je mnohem přesnější. Staršími nemusí být lidé ve vyšším věku než ostatní členové. Mohou být dokonce věkem mladší. Co je staví do role autority, je jejich osobní vyzrálost, a také žití hodnot a záměrů sdílených kruhem.

Postavení těchto lidí je pro kruh velmi důležité. Pokud tito lidé ztratí pokoru a podlehnou své autoritě, lehce se z nich mohou stát „vůdci“, kteří z kruhu vytvoří sektu svých následovníků. To se v historii stalo již mnohokrát.

Pokud ale tito lidé svoji autoritu ustojí a vývojově jsou opravdu ve „starších“ stadiích, jsou pro kruh velkou podporou. Svým konáním a slovem mohou podporovat ostatní účastníky kruhu v tom, aby se jim dařilo často „nahlížet“ do dalších vývojových stadií, a tím zdravě podporují a urychlují osobní vývoj členů kruhu. Aby takovými mohli být, musí mít velkou pokoru.

V některých kruzích působí místo elders (případně navíc k elders) „takzvaní facilitátoři“. Jsou to lidé s praktickou zkušeností s vedením kruhů a držetím tématu. Jejich rolí je držet rámec kruhu, vnášet do něj pravidla a hlídat jejich dodržování. U kruhů, které mají přinést nějaké řešení, často facilitátoři sami nepřinášejí řešení, jen hlídají energii kruhu. Aby se kruh nerozpadl na skupinu osob, musí být facilitátoři stejně emočně otevření a zranitelní jako ostatní členové kruhu a musí do kruhu vnášet své emoce.

Pokud mají elder nebo facilitátor pouze formální autoritu a netěší se neformální, kruh obvykle rychle přestane být kruhem a stává se „kolektivem“. Ostatní členové kruhu se postupně vytrácejí, pokud si to mohou existenčně dovolit.

5.1 ROZMÍSTĚNÍ ELDERS / FACILITÁTORŮ V KRUHU

V poslední době s kolegy hodně zkoumáme, jak kruh ovlivňuje počet a rozmístění elders nebo facilitátorů. V councilovém hnutí se obvykle pracuje se dvěma facilitátory, kteří sedí vedle sebe. Jeden sdílí v kruhu začíná a druhý ukončuje, případně se jeden stará o formální stránky kruhu (pravidla, čas, atd), druhý roztáčí kruh nějakým příběhem.

Nám se osvědčilo jiné uspořádání. Podle počtu elders / facilitátorů sedíme tak, aby facilitátoři byli v kruhu rovnoměrně rozmístěni. Pokud jsme dva, sedáme si proti sobě. Pokud jsme tři, sedíme zhruba ve třetinách. Pokud jsme čtyři, sedíme do kříže. To nám umožňuje mnohem rychleji reagovat na jednotlivá sdílení a na změny toku energie.

5.2 SVĚTOVÉ STRANY V KRUHU

Zkoumáme také vliv „světových stran“ na kvality v kruhu. Postupně zjišťujeme, že kruh je vždy nějakým způsobem orientován. Většinou orientace vychází z magnetických světových stran venku. V některých místnostech si vnitřní prostor sám řekne, kde jsou jednotlivé světové strany. V tomto případě jih obvykle bývá tam, kde jsou okna. Jindy je na zdech nějaká významná výzdoba, která je svým „vyzařováním“ spojena s nějakou světovou stranou.

V našich kruzích je hlavní stranou sever. Sedí tam ten, kdo kruh zahajuje a ukončuje, kdo drží energii kruhu a vnímá jeho otáčky. Facilitátor na severu také drží směřování kruhu k záměru, pokud byl u kruhu předem určen. Často se na severní straně rodí a formulují shrnutí a případně i rozhodnutí kruhu.

Jižní stranou často protékají největší emoce. Facilitátor sedící na jihu většinou velmi vnímá propojení kruhu a emoce jednotlivých účastníků. Tyto emoce kruhu obvykle vnímá skrze své vlastní tělo a emoce. Často se nám stává, že facilitátor na jihu obrací směr obíhání mluvící hůlky, nebo ji dá do středu, i když to obvykle může udělat kterýkoli účastník kruhu.

Východní strana je strana světla, začátku a vhledu. Pokud je více facilitátorů a jeden sedí na východní straně, obvykle vnáší do kruhu otázky, a přicházejí k němu také vhledy do situace jednotlivých účastníků.

Západní strana je strana tmy, formy, sebeponoření, mystéria. Z této strany obvykle přicházejí návrhy řešení a léčivé příběhy. Pokud na západě sedí facilitátor, přináší často léčení, přijetí a uzemnění velkých emocí.

Tento náš pohled na světové strany neberte prosím jako dogma. Hledejte a experimentujte, abyste zjistili, jak se to děje ve vašich kruzích.

6. NEPŘÍTOMNÍ ČLENOVÉ KRUHU

Kruhy, které se scházejí opakovaně, se musí občas vypořádat s nepřítomností některého ze členů kruhu. Tuto situaci lze řešit různě.

První možností je *distanční účast* prostřednictvím mobilního telefonu, skype, telekonference či jiného prostředku vzdálené komunikace. Tento způsob bývá běžný u kruhů z firemního prostředí. Znáám i kruh, kde se scházejí účastníci rituálu Hledání vize, aby vzájemně sdíleli prožitky a navzájem se podporovali na životní a především duchovní cestě, a se vzdáleným účastníkem se zde pracuje poměrně často.

Další možností je *tichá účast* na dálku bez technických prostředků pro dálkovou komunikaci. V tomto případě je obvykle chybějící člen kruhu reprezentován nějakým předmětem, třeba sedátkem nebo soškou. Předmět je umístěn v kruhu mezi účastníky na místě, kde by seděl nepřítomný člen. Pokud se pracuje s „mluvící hůlkou“, tak sousední členové kruhu hůlku drží nebo položí na místě chybějícího člena. Všichni přítomní „naslouchají bezeslovnému sdělení“ člena na dálku. Obvykle se jim při tom objeví nějaké myšlenky, a často jsou to myšlenky, které by je normálně nenapadly. Vzdálený člen je někdy ve vědomém napojení na kruh, což se může podpořit tím, že uprostřed kruhu je zapálená svíčka a vzdálený člen si rovněž zapálí svíčku. V jiných případech se vzdálený člen musí věnovat nějaké jiné činnosti. Přesto může být jeho tichá vzdálená přítomnost v kruhu velmi silná.

Na některých kruzích vytváříme speciální místo pro „nepřítomného člena“, do kterého si každý člen kruhu může promítnout toho, koho v kruhu potřebuje mít (např. otec, pradědeček, nejlepší kamarád, Bůh, osobní nepřítel, ...).

7. DALŠÍ FORMY KRUHU

Někdy bývá potřeba, aby se kruh rozdělil na ty, kteří mluví, a na ty, kteří dělají přítomnou tichou podporu. Zažil jsem dvě formy této podpory.

7.1 VNITŘNÍ A VNĚJŠÍ KRUH

Na rituálech Hledání vize tvoří „vnitřní kruh“ lidé, kteří procházejí aktuálním rituálem, a členové podpůrného / vedoucího týmu. Vnitřní kruh sdílí a obíhá jím „mluvící hůlka“. Za tímto vnitřním kruhem sedí „vnější kruh“, který je tvořen přítomnými účastníky předchozích běhů rituálu. Po většinu času mlčí a jen svědčí aktuálním účastníkům a podporují je svou přítomností a „krytím zad“. Když mají jednou za čas možnost promluvit, přinášejí neobvyklé vhledy a pohledy. Vidí celou situaci mnohem víc z venku a mluví o věcech, které mohou vnitřnímu kruhu uniknout.

7.2. AKVÁRIUM

Druhou formou, jež je vhodná pro velké kruhy, které se mají na něčem dohodnout nebo přijít s nějakým řešením, je forma „akvária“, kde jsou opět dva kruhy – vnitřní a vnější. Do vnitřního kruhu jsou vnějším kruhem „delegováni“ zástupci, kteří jsou v danou chvíli schopni obohatit kruh svým příspěvkem. Sdílí pouze vnitřní kruh; vnější kruh pouze naslouchá a svědčí. Když má člen vnitřního kruhu pocit, že svoji energii vyčerpal, opustí své místo ve vnitřním kruhu a přenechá jej členu vnějšího kruhu, který buďto sám cítí, že má energii na příspěvek, a/nebo se na něm členové vnějšího kruhu shodnou.

Variantou je taková forma, kdy je vnější kruh tvořen různými skupinami lidí. Skupina má podobný názor nebo je třeba konkrétní částí firmy. Jednotlivé skupiny delegují do vnitřního kruhu své členy. Tato varianta je vhodná pro rady skautského oddílu tvořeného jednotlivými družinami, do školské rady, kde jsou zástupci tříd, nebo pro menší až střední firmy. Ve vnějším kruhu jsou přítomni všichni nebo téměř všichni členové celého kruhu a tato jejich přítomnost zásadně ovlivňuje chod vnitřního kruhu. Představte si například, jak by vypadala zasedání radnice města, kdyby byli přítomni téměř všichni obyvatelé města.

8. RITUÁLY NA PODPORU FUNGOVÁNÍ KRUHU

Velmi dobrým a osvědčeným rituálem je pro většinu kruhů *zapálená svíčka* uprostřed kruhu. Svíčka se zapaluje při zahájení kruhu a zháší se na přestávky. V některých kruzích se pro podporu toku energie centrální svíčka obchází vždy ve stejném směru (obvykle po směru hodinových ručiček). Svíčka také pomáhá nepřítomným členům být ve „spojení s kruhem“.

Svíčka se v některých kruzích doplňuje *oltářem*. Oltář bývá někdy ve středu kruhu, a někdy mimo kruh v místnosti na význačném místě. Zažil jsem i kruh, kdy byl oltář součástí kruhu a zastavovala se u něj „mluvící hůlka“, aby mohlo promluvit svým tichem Božství. Na oltáři bývají podobizny duchovních mistrů, reprezentace čtyř elementů nebo světových směrů, předměty, jež jsou pro členy kruhu posvátné, odkládají se na něj osobní posvátné či silové předměty členů kruhu.

Na našich veřejných kruzích je oltář uprostřed kruhu. Je tvořen svíčkou, která je uprostřed, zápalkami na východě (element ohně), chřestítkem na vychřestění emocí na jihu (element vody), pochutinou na občerstvení (na našich kruzích zastoupeno v čím dál větší míře bez ohledu na světovou stranu – jídlo je prostě všude) nebo květinami na západě (element země) a zvonečkem pro signál porušení pravidla na severu (element vzduchu).

Rituálem, který pomáhá každému členu kruhu napojit se na svoji aktuální energii, je práce s *obrázkovými kartami*. Mohou to být podle naturelu členů karty tarotové, šamanské, motivační či jen obrázkové. Osobně rád pracuji s kartami Lucie Ernestové ze sad Cesta životem a Cesta k sobě.

Úvodním rituálem může být *čtení z nějakého posvátného nebo motivačního textu*. V křesťanských kruzích se obvykle začíná čtením z Bible. Mně nejlépe vyhovuje *Citadela* od Saint-Exupéryho (5).

Jiným úvodním rituálem může být *společné recitování nějaké mantry* nebo *zpívání písně*. Na meditacích používáme mantru *Óm*, kdy zvuk *Óm* vydáváme po dobu několika minut. Mantra nebo píseň napomáhá soustředění pozornosti a vzájemnému naladění členů kruhu. Místo mantry nebo písně může jeden nebo všichni členové hrát na buben v nějakém pravidelném rytmu.

Na konci kruhu je dobré udělat nějaký *ukončovací rituál*. Nejčastěji děláme společné sfouknutí svíčky. Někdy po kruhu následuje společná hostina na zažití a oslavu kruhu.

9. KDY JE KRUH VHODNÝ A KDY VHODNÝ NENÍ

Kruh je velmi vhodný a účinný k několika různým účelům:

- vzájemné poznání se,
- vzájemná podpora ve vývoji a v životních situacích,
- terapie osobních traumat a zranění,
- reflexe a úprava komunitního fungování,
- hledání řešení zásadního obecního / společenského / firemního dlouhodobého problému,
- stanovení firemní / komunitní / obecní / skupinové strategie (především dlouhodobého charakteru),
- duchovní učení se od elders nebo od sebe navzájem,
- meditace,
-

Kruh není vhodný pro řešení operativních úkolů, zvládání momentálních krizových situací a pohrom, učení, ve kterém je učitel příliš vývojově vzdálen svým žákům. Nicméně i v těchto situacích lze formu kruhu využít pro vyhodnocení a zpětnou vazbu.

10. PŘÍKLADY KRUHŮ

V předchozích řádcích byly již některé kruhy představeny. Nyní uvedeme příklady dalších.

10.1. MEDITAČNÍ KRUH

Již mnoho let vedu veřejné meditační kurzy a od začátku tady se skupinou pracuji jako s kruhem. Meditace jsou otevřené pro kohokoli, a tak se v nich často objevují noví účastníci. Sedí se do kruhu na podlaze. Na začátku přivítám všechny přítomné. Nikdo se nepředstavuje, a tak nikdo neví, jak se noví účastníci jmenují. Jméno postupně vpluje do kruhu během rozhovorů o přestávce či před meditacemi. U některých lidí neznáme jméno dlouho, třeba i rok. Známe obvykle jen nějaký malý příběh. Například jednomu pravidelnému členovi jsme říkali „pan polárník“, protože jednou sdílel svůj krátký příběh z expedice do zimního Švédska.

Po každém meditačním cvičení jsou účastníci vyzváni, aby sdíleli své zážitky z cvičení. Vyzvání je obecné a mluvit může kdokoli. Lidé mluví o svých vlastních prožitcích nebo se ptají na nějaký detail. Při mluvení si mluvící sám lépe uvědomí, co se mu dělo, a současně si druzí uvědomí: „Aha, tak ono je možné, aby cvičení vypadalo i takto. Můžeme to mít každý trochu jinak, a přesto nějak podobně.“

Již několik let jsou meditace rozděleny na „meditace pro začátečníky“ a „meditace pro pokročilé“. Na pokročilých sdílíme na začátku i příběhy z osobního života, které nějakým způsobem s meditacemi souvisí.

Postupně se z lidí, kteří chodí déle a často, vytvořilo „jádro kruhu“. Tito lidé obvykle chodí na „začátečníky“ i „pokročilé“ (nikdo z členů jádra nechodí úplně na každé meditace, ale na většinu). Svým chováním ukazují pravidla meditačního kruhu těm, kteří jsou v kruhu noví.

Kruh má „eldera“ - mne, a postupně vykryštovali další dva členové, kteří občas meditace vedou a v kruhu fungují jako „elders“. Zajímavé je, že jedním z elderů je již asi 3 roky mladá žena, které je v tuto chvíli 30 let.

Kruh funguje bez popsaných pravidel.

10.2. KRUHY Z RITUÁLŮ HLEDÁNÍ VIZE

Už několik let vedu spolu se šamanem Ivo Musilem rituály Hledání vize. Hlavním bodem programu je osamocený pobyt v lese na jednom místě po dobu dvou dní a dvou nocí. K tomu jsou tři indiánské sauny, společná práce na přípravě dřeva a mnoho společného sdílení.

Sdílení probíhá formou kruhu. Dříve jsme měli uspořádání, kdy jsme na severní straně kruhu seděli s Ivem a s dalšími třemi lidmi podpůrného týmu. Těchto 5 lidí jsou elders kruhu. V loňském roce jsme uspořádání změnili tak, že já s Ivem sedíme na

severu a naši kolegové z podpůrného týmu sedí v ostatních hlavních světových stranách kruhu. Všichni sedíme do kruhu kolem centrální svíčky. Pracuje se v indiánském čase bez hodin. Začátek dalšího sdílení oznamuji ostatním tím, že začnu bubnovat na svůj buben. Ostatní se postupně připojují se svými bubny. Bubnuje se tak dlouho, dokud se nesejdou všichni a všichni nebubnují. Toto bubnování funguje jako opětovné „naladění“ všech na společnou vibraci energie kruhu. Sdílí se s obíhající mluvící hůlkou. Každý může předat hůlku dál, aniž by mluvil. Lidé reagují na sebe navzájem, ale až v pořadí daném hůlkou, a to včetně členů podpůrného týmu. Výjimečně do hovoru vstoupím jako nejvyšší autorita, pokud je potřeba něco technicky vysvětlit.

Před prvním sdílením popíši základní pravidla, podle kterých bude kruh fungovat.

Při prvním sdílení se všichni účastníci představí a sdělují svůj záměr, s jakým se rituálu účastní.

Při závěrečném sdílení zážitků z pobytu venku občas lusknu prsty, když mám pocit, že mluvící sdílí něco, co je pro něho podle mého názoru zásadní a mluvící možná úplně nevnímal, co vlastně řekl. Závěrečné sdílení a s ním i celý rituál končí „oběhnutím prázdné hůlky“, když nikdo v kruhu s hůlkou nepromluví a jen ji předá dál.

Vzájemnou důvěru a otevřenost velmi podporují silné prožitky z indiánských saun (potních chýší). Potní chýše je jakási „kostra iglú“ z tlustějších prutů. Uprostřed je dolík na žhavé kameny. Kostra z prutů se obloží dekami a plachtami. Na blízkém ohništi se rozpálí kameny do ruda. Účastníci si vlezou do chýše a na čtyřikrát se dovnitř vnášejí žhavé kameny. Uvnitř je velké horko jako v sauně. Na rozdíl od běžných saun se vevnitř účastníci modlí (říkají svá poděkování a přání vlastními slovy, neodříkávají nějaké zvenku dané formulky). Zážitek je pro účastníky velmi silný a očištný.

Kruh účastníků bývá někdy podpořen „vnějším kruhem“; ten sestává z účastníků rituálu v předchozích letech. Jejich rolí je především dát podporu současným účastníkům svojí přítomností a „svědčením“. Lidé z vnějšího kruhu sedí fyzicky v kruhu za zády účastníků „vnitřního kruhu“ a po většinu času jen sledují a mlčí. Párkrát za den pustím „mluvící hůlku“ do vnějšího kruhu. V těchto chvílích účastníci vnějšího kruhu sdělují do vnitřního kruhu prožitky ze své vize a z toho, jak se jim projevuje v praktickém životě. Někdy vyjadřují svojí podporu všem ve vnitřním kruhu či konkrétnímu člověku vnitřního kruhu. Lidé z vnějšího kruhu jsou obvykle přítomni jen po část rituálu, nejčastěji jeden den.

Lidé z podpůrného týmu jsou členy obou kruhů, neboť si všichni svým rituálem Hledání vize již prošli, a současně jsou součástí každé „otáčky“ vnitřního kruhu. Jsou přítomní ve všech sdíleních.

Z většiny ročníků rituálu vznikly samostatné kruhy, které se dále scházejí a fungují bez jakéhokoli zásahu mne nebo Iva. Jejich účelem je vzájemná podpora v životě po rituálu.

10.3. TVOŘIVÝ KRUH

Tvořivý kruh jsem svolal, když jsem byl vyzván, abych začal psát knihu, a moc se mi do toho nechtělo. Pozval jsem dalších pět lidí podobného nastavení. Záměrem kruhu bylo vytvořit knihu „O setkávání v kruhu“. Kruh se schází nepravidelně zhruba jednou za dva měsíce. Jedna z účastnic nabídla možnost pozvat do kruhu dalšího člena a nabídka byla kruhem i daným člověkem přijata.

Kruh funguje bez elders, ale všichni účastníci mají s fungováním kruhů velké zkušenosti. Nejsou definovaná pravidla. Všichni intuitivně dodržují společná nevyřčená pravidla.

Setkání trvá jeden nebo dva dny. Dopoledne sdílíme osobní příběhy z poslední doby a rychle se posouváme do stavu vzájemné otevřenosti a důvěry. Díky tomu sdílíme i velmi citlivá osobní témata, ve kterých bývá často velká bolest nebo radost. Kruhem tečou silné emoce a vzájemná podpora.

Po obědě pokračujeme kreativní fází, ve které vycházíme z atmosféry důvěry navozené dopoledne. Záměr vytváření díla se postupně posouvá od knihy k širšímu projektu na podporu kruhů a k vytvoření jedné „knihy“, ve které budou ručně psané texty, vzniklé na nějakém kruhu. Každý z účastníků do této „knihy“ nějak přispěje.

Na prvních setkáních byl kruh nesmírně silný, ale asi po třech setkáních přišla krize, během které se kruh málem rozpadl. Krizi vyvolal první díl mé knihy „Cesta (ne)obyčejného člověka“. Někteří z členů kruhu měli dojem, že tím se záměr kruhu naplnil. Krizi se nám podařilo překonat, směřujeme ke společnému dílu na chystané „knize“, a současně je výstupem kruhu naše osobní přítomnost v jiných kruzích dle osobních možností. Snažíme se kruhy přenést na naše pracoviště, do rodin či zájmových kolektivů.

10.4. KRUH LEKTORŮ A TVŮRČÍCH LIDÍ

Kruh svolala jedna moje kamarádka. Pozvala do něj své známé, kteří dělali něco z jejího pohledu zajímavého. Záměrem bylo navzájem se poznat a navázat spolupráci. Kruh se sešel několikrát. Místo setkání určil ten z účastníků, kdo představoval ostatním, co umí a kde by se dalo spolupracovat. Na začátku bylo krátké sdílení. Pak následovala aktivita, kterou pro ostatní zdarma provedl zvoucí člen. Malovali jsme obrazy, vyrobili předmět ze dřeva, udělali mapu života, prováděli dialogické jednání, cvičili taiči a další zajímavé věci. Po vzájemném představení se kruh rozpadl a vznikly z něj jednotlivé dvojice, které našly způsob, jak spolupracovat. Kruh neměl žádné elders ani definovaná pravidla.

10.5. RODINNÝ KRUH

V jednu chvíli v životě jsem měl pocit, že potřebuji něco sdělit své ženě, a stále se mi to nedařilo. Nabídl jsem jí proto, že uděláme kruh ve dvou. Moc se jí nechtělo. Argumentovala tím, co všechno je právě teď potřeba udělat. Po nějakém čase, kdy mi dokonce ukápla slzička, jsem ji přesvědčil. Sedli jsme si proti sobě. Jako mluvící předmět jsme použili dřevěné srdce. Postupně jsme se střídali v držení srdce. Kruh trval skoro dvě hodiny, během kterých jsme si dokázali říct nejen to, co mne tížilo, ale i mnoho dalších věcí, na které nebyl nikdy čas. Náš vztah se velmi pročistil.

Podobné rodinné kruhy pořádá jeden můj kamarád. Zasedají pravidelně ve společném kruhu on, manželka a jejich 4 děti. Několikrát se jim v kruhu stalo, že si dospělí uvědomili, že se jim děti již delší dobu snaží něco říct a že to dospělí soustavně nejsou schopni slyšet. Být řádným a platným členem kruhu zvládli i jejich nejmladší děti od 3 let svého věku!

10.6. KRUHY JILMU

Spolu s mými kamarády Ivem, Lucií a Martinem jsme vytvořili uskupení JILM (Jan, Ivo, Lucie, Martin), které se schází pravidelně jednou týdně v pondělí. Vždy se sejdem v kruhu v nějaké čajovně. Většinou začneme volným rozhovorem přátel, který je podobný, jako u většiny přátel. Často přejdeme do kruhu. V kruhu začne obíhat srdce vyrobené z jilmového dřeva. Kruh bývá velmi silný. Často je léčivý pro někoho z nás. V těchto chvílích jsme si vzájemně svědky, terapeuti, zpovědníky.

Sílu, kterou nabíráme v těchto společných uzavřených kruzích, přenášíme do kruhů, které společně vedeme. Jednou měsíčně nabízíme veřejný otevřený Kruh JILMu na nějaké téma. Zhruba jednou za dva měsíce pořádáme Kruh kruhů – uzavřený kruh, na který zveme lidi, kteří vedou nějaké kruhy mužské, ženské, mládežnické, sdílecí, terapeutické, ve firmách a ve školách. Na tomto Kruhu kruhů vytvoříme kruh, který má vždy nějaký metodický záměr k vedení kruhů – například pravidla v kruhu. Většinou se stane, že na začátku si o záměru povídáme a sdílíme zkušenosti s daným tématem, a najednou se téma začne v kruhu dít. Například v kruhu se záměrem „pravidla v kruhu“ jsme postupně skoro všichni začali porušovat všechna pravidla kruhu, až se stalo, že jsme se vzájemně překřikovali. Někteří již chtěli odejít, že v takovém kruhu nechtějí být. V tu chvíli jsme zasáhli z JILMu a postupně pravidla do kruhu vrátili. Na vlastní kůži jsme si tak všichni uvědomili, jak jsou pravidla v kruhu důležitá.

10.7. KRUH V DOMOVĚ MLÁDEŽE

Náš kamarád vede občasné kruhy v jednom domově mládeže. Účastní se všechny děti a většina personálu. Záměrem kruhu je diskutovat momentální situaci v domově a řešit případné problémy. Kruh končí „oběhem prázdné hůlky“ – v celém kole nikdo nepromluví. Na jednom z prvních kruhů se stalo, že téma kruhu se již vyčerpalo. Všichni již očekávali konec, a tak po většinu kola nikdo nepromluvil. Hůlka se dostala k jednomu asi dvanácti letému klučinovi, který do té doby ještě nikdy nepromluvil. V tuto chvíli byl chvíli zticha, rozhlédl se po všech v kruhu a pronesl tiše: „Dobrou

noc.“ Promluvil a tak kruh ještě nekončil. V dalším kole se osmělil další malý chlapec, který dosud také mlčel, a i on popřál všem dobrou noc. V několika kolech tak dostali příležitost říct svůj pozdrav a být alespoň na chvíli důležitými a respektovanými všichni menší kluci, kteří jsou normálně staršími přehlíženi.

10.8. KRUHY VE FIRMÁCH

Pro firmy jsme dělali již několik desítek akcí, které měly jádro ve sdílecím kruhu. Nejvíce kruhových akcí jsme dělali pro jednu finanční skupinu. Nejčastěji se jednalo o první nebo poslední setkání v rámci firemních leadership akademií. Některé programy se blížily až k jednodušší verzi rituálu Hledání vize s jednodenním pobytem o samotě v přírodě a s potní chýší.

V jiných firmách byl kruh základem setkání pro hledání firemní vize. V další firmě jsme použili kruh pro řešení vztahových problémů mezi zaměstnanci.

Firemní skupiny jsou specifické a sdílení v kruhu je pro účastníky zpočátku dost náročné. V korporátním prostředí je normální, že každý prezentuje a málokdo poslouchá. Když už někdo na poradě poslouchá, má potřebu se okamžitě dotazovat a informovat o různých detailech.

Na začátku je potřeba důsledně definovat pravidla, kterými se bude kruh řídit. Někdy je potřeba, aby facilitátoři z počátku hlídali dodržování pravidla, že mluví jen jeden. Účastníci mají tendenci se na probíhající sdílení účastníka hned doptávat. V jednom kruhu se nám stalo, že dopoledne si účastníci stěžovali zadavateli, že je mluvící hůlka obtěžuje, protože jim neumožňuje hned reagovat, a než se dostane hůlka k nim, tak zapomenou, co chtěli v reakci říci. Zadavatel důvěřoval fungování kruhu a pokračovali jsme dál. Odpoledne pak jeden z účastníků prohlásil: „Ta hůlka, to je super. Konečně jsem slyšel, co se mi kolega již delší dobu snaží říci. Předtím jsme si vždy museli vysvětlovat skoro každou větu a zasekli se někde u desáté věty. Teprve dnes jsem pochopil, že prvních padesát vět byl kontext a hlavní sdělení přišlo až pak. Nikdy dříve jsme se k němu vlastně nedostali.“

Kruh může přinést do firmy i nečekané věci. Martinovi z JILMu se stalo, že v jedné firmě vedl školení spojené s poradenstvím pro vrcholové vedení. Přestal jim fungovat projektor, a tak jim nabídl kruh. Z počátku se manažerům do kruhu moc nechtělo. Zazněly hlášky typu: „To si tu jako budeme hrát na indiány?“ Nicméně kruh se rozběhl a po třetím kole se jeden z manažerů osmělil a řekl do kruhu, že má problém v komunikaci s ředitelem. Přidal se další, a nakonec všichni manažeři řekli, že mají komunikační problém s ředitelem. Martin kruh přerušil. Chvilí si povídal s ředitelem a pak se všichni do kruhu vrátili. Místo původního tématu řešili dva dny v kruhu, jak nastavit komunikaci ve vedení firmy.

BIBLIOGRAFIE

1. **Peck, Morgan Scott.** *Nevyšlapanou cestou.* [překl.] Jan Jařab. Praha , Argo, 1994. The Road Less Travelled. 80-7203-036-1.
2. **Peck, Morga Scott.** *V jiném rytmu.* [překl.] David Záleský, Tomáš Zábranský. Praha, Votobia, 1995. The Different Drum: community making and peace . 80-85619-77-6.
3. **Jack Zimmerman, Virginie Coyleová.** *Cesta poradního kruhu.* [překl.] Alexander Neuman. Praha, DharmaGaia, 2016. The Way of Council. 978-80-7436-061-9.
4. **Jan František Bím, Ingrid Němečková.** *Vývoj člověka a přechodové rituály.* Praha : vlastním nákladem www.cestaneobycejnehocloveka.cz, 2016.
5. **de Saint-Exupery, Antoine.** *Citadela.* [překl.] Věra Dvořáková. Praha, Vyšehrad, 2008. Citadelle. 978-80-7021-936-2.

INTERNETOVÉ ODKAZY

www.stestivpraci.cz/blog/holakracie-holacracy - řízení firmy kruhovým způsobem

www.janbim.cz/cviceni/kruhy-zivota - základ učení o kruzích od Roberta Stojícího Medvěda