Sapnis jāliek savas dzīves centrā

FOTO: EVA PRIČINA

ANDA KĻAVIŅA

Dzimusi jelgavniece

Bakalaura grāds komunikācijas zinātnēs (Rīga), maģistra grāds mākslas filozofijā (Londona), pozitīvās psiholoģijas kouča sertifikāts (Masačūseta)

2000–2010 – žurnāliste un mākslas kritiķe laikrakstos "Zemgales Ziņas", "Diena," "Flash Art" u.c.

Strādājusi Latvijas Laikmetīgās mākslas centrā un Rīgas Ekonomikas augstskolā

2013... – mākslas konsultante un pozitīvās psiholoģijas koučs ("Anda Klavina Consultancy") trajektorijā Rīga–Londona–Ženēva–Monako

– Anda, kā tu atceries laiku, kad tikko pēc vidusskolas sāki strādāt "Zemgales Ziņās"?

Tie bija mani pirmie soļi žurnālistikā, pirmais starts pasaulē. Tā bija galvu reibinoša sajūta, kad sapratu, ka varu izvēlēties notikumus un aprakstīt tos, pievērst cilvēku uzmanību. Tas bija cerību un vīziju pilns laiks, kad saproti, ka pasaule ir tavām kājām. Man tā bija iespēja akcentēt to, kas mani interesē, rakstīt par to, ko dara mani draugi, – skeitbordu, BMX un, protams, mūziku. Tolaik Jelgavā bija krietni aktīvāka mūzikas dzīve, es vēl paspēju to noķert un būt tajā iekšā.

"Zemgales Ziņās" bija koleģiāla, profesionāla vide, tas radīja manī pacēlumu un deva lielu pārliecību, kas noderēja tālāk dzīvē. Tolaik vēl bija tāda atvērtība pasaulei, visi ticēja, ka būs tikai labāk, un tas radīja labu klimatu. Man kā jaunam cilvēkam tās bija kā mājas, no kurām startēt tālāk lielajā pasaulē.

– Kāpēc izvēlējies rakstīšanu par savu nodarbi?

Man vienmēr paticis rakstīt, es rakstīju dienasgrāmatas un ļoti daudz vēstules. Man bija starptautiski vēstuļu draugi, tajā laikā tas bija diezgan populāri. Mana žurnālistes karjera sākās diezgan impulsīvi. Pēc vidusskolas aizbraucu Rīgā uz pasākumu, kurā stāstīja par "Expo 2000". Noklausījos, ko tur stāsta, pierakstīju un tad aizgāju uz "Ziņām" ar piedāvājumu, ka varu uzrakstīt par šo notikumu. Un viņi teica – jā! Tolaik rakstītais teksts mani vilināja un ļoti interesēja.

– Ļoti drosmīgi!

Jā, tā ir. Mēs jau katrs savā jo[…] to drosmi realizējam. Ja jūti vil[…] talanta virzienā, tad vienkārši i[…] dara.

– Ko atceries no "Pagraba" […]kiem?

"Pagrabs" bija kā tāds jaun[…] klubiņš, kur varējām publicēt s[…] idejas. Mūsos ieklausījās un

– 10. lpp. – ZEMGALES ZIŅAS — PAGRABS — Trešdien, 1999. gada [illegible]

Eksāmenu laiks – katram citāds

ALDA PETERMAŅA FOTO

Cik reāli ir nopirkt eksāmena jautājumus? Pat ļoti reāli! Ja agrāk tirgū varēja dzirdēt tikai «Spirķik, sigareti...», tagad skanēja arī piedāvājumi «Maķemaķika, latišķij, angļijskij...».

Anda Kļaviņa

Šā gada vidusskolas absolventi eksāmenu laiku noteikti atcerēsies kā lielu brēku. Lai arī «kājās tika sacelta» visa Latvija, eksāmeni paredzētajā laikā notika. Kā jau katru gadu, arī šoreiz bija skolēni, kuri izšķirošo zināšanu pārbaudi cerēja veiksmīgi nokārtot, izmantojot dažādas viltībiņas, un bija arī tādi, kas eksāmenus lika godprātīgi. Daži no viņiem – Mikelandželo Rozītis (vārds mainīts), Līga Skudra un Uldis Gēliņš – dalījās savā pieredzē «Pagrabam».

Uldis: – Regulāri mācījos visus gadus, tādēļ lielu uztraukumu, vismaz salīdzinot ar devīto klasi, pirms eksāmeniem neizjutu. Pēdējās divās nedēļās pirms šā nozīmīgā notikuma centos neko īpaši «neiekalt», jo tam nebūtu nozīmes. Pa šo laiku algebras formulas pašas galvā «sakārtojās». Tie, kuri pēdējā nedēļā mācījās, cik varēja, tāpat neko neieguva.

Arī man tika piedāvāts iegādāties eksāmena uzdevumus, taču negribējās riskēt un galvenais – nebija nekādas garantijas, ka tie būs īstie. Domāju, ka skolēniem, kuri kaut cik normāli mācās, algebras un angļu valodas eksāmena jautājumus nebija vērts pirkt. Latviešu valodā gan: tik stulbi temati sacerējumam laikam gan nav bijuši.

Mikelandželo: – Es uzskatu, ka uz eksāmenu nevar sagatavoties – tā ir laimes spēle. Pat ja tev visu laiku priekšmetā būtu 9, eksāmenā vari saņemt trijnieku. Nekad nevar zināt, kas notiks uztraukumā.

Matemātikas eksāmenam negatavojos. Jā, es gāju uz konsultācijām, bet biju pārliecināts, ka no kāda tāpat norakstīšu. Ņemu vērā 9. klases pieredzi, kad eksāmenā nopelnīju astoņi, neizpildot ne uzdevumu. Šogad es neceru uz tik augstu vērtējumu, labi, ka tā...

Cik reāli ir nopirkt eksāmena jautājumus? Pat ļoti reāli! Latviešu valodas eksāmena variantus zinājām iepriekšējās dienas pēcpusdienā.

Ar angļu valodas eksāmenu bija citādāk. Mēs bijām dabūjuši uzdevumus, taču kaut kādi paziņas no Izglītības ministrijas bija teikušas, ka tie tomēr nav īstie. Vakarā pirms eksāmena neviens vairs nemācījās, špikerus izmeta. Eksāmena dienā, ar katru soli tuvojoties skolai, es jutu, ka tie tomēr ir bijuši pareizie varianti. Skolā tas apstiprinājās. Tad nu grābām, ko varējām. Tā kā man angļu valoda nekad nav sagādājusi problēmas, domāju, ka novērtējums varētu būt labs.

Skolā esam vairāki izplatītāji. Mums ir paziņas Rīgā, kas iegūst uzdevumus no vēl kaut kā un... Lai dabūtu pirmavotu, ir «jārokas» ļoti tālu.

Es uzskatu, ka šajā situācijā vainojama valsts un nesakārtotā centralizētā izglītības sistēma. Līdz skolām un skolotājiem taču nonāk niecīgi līdzekļi! Kurš skolotājs negribēs vienā dienā nopelnīt pusgada algu? Haoss izglītības sistēmā radījis iespēju nopelnīt ne vienam vien. Piemēram, angļu valodas eksāmenu jautājumus bija nopirkusi visa Latvija. Matemātikā gan rīcība bija operatīvāka: tika izdoti trīs nepareizi varianti. [illegible]

[illegible]

Līga: – Manas sekmes ir [illegible]

[illegible]

Tagad saprotu, ka vajadzēja mācīties cītīgāk, lai droši varētu «stāties pretī» pārbaudījumam. Tomēr, ja man būtu iespēja izdzīvot šo laiku vēlreiz, tāpat nekas nemainītos un atkal varētu teikt: «Vajadzēja mācīties...»

rakstīt par to, kas mums pašiem likās svarīgs. Tas jaunos cilvēkos radīja lielu ticību.

Man laikam visvairāk patika rakstīt par mūziku. Jelgavā bija daudz grupu, bet man vistuvākās bija "Dull Doll" un citas, kas sākušās Jelgavas 4. vidusskolā. Tas bija skaisti katru koncerta apmeklējumu apvienot ar to, ka vari pēc tam par to uzrakstīt. Protams, mums bija interesanti satikties un iepazīties ar mūziķiem. Tā kā es intervēju, varēju iet "beksteidžā" ar viņiem runāties. Bieži vien noorganizēju, ka manas draudzenes var nākt līdzi.

– Vai vēlāk turpināji rakstīt par mūziku?

Laikam tas ar agrīno jaunību beidzās, pēc tam pārgāju uz mākslas jomu. "Dienā" rakstīju par laikmetīgo mākslu, tad no mūzikas dzīves attālinājos. Atceros, pēc gadiem kādā pasākumā Arnis Račinskis, kas bija spēlējis "Dull Doll", veltīja man dziesmu. Tas bija tāds labs pārsteigums. Acīmredzot viņi novērtēja manu jaunības dienu entuziasmu un sirsnību, jo biju daudz rakstījusi par viņiem, uzkurinājusi fanu pulku. Tas likās ļoti jauki, ka pagātnes lietas tādā patīkamā veidā atnāk atpakaļ. Man vispār ir liels gandarījums par Jelgavas mūziķiem. Tas, kas reiz sākās kā neformāls entuziasms, vēlāk izauga par nopietnu un profesionālu muzikālo darbību.

– Ko tavai personībai ir devis darbs "Zemgales Ziņās"?

Tas, ka mani tik ļoti pozitīvi uzņēma un akceptēja to, ko piedāvāju, ka mani uztvēra nopietni, radīja dziļu pārliecību, ka es varu darīt to, kas man patīk. Kad pēc pusotra gada rādās iespēja pieteikties praksē "Dienā", man tas bija ļoti loģisks solis. Esmu bijusi gana veiksmīga šeit un varu startēt nākamajā līmenī. Mani uzņēma draudzīgi, un tas deva pārliecību par sevi. Man ir prieks, ka varēju sākt savu karjeru Jelgavā, savā dzimtajā pilsētā.

– Tev tas laiks bija nozīmīgs?

Jā, man liekas, ka tas laiks bija vienotāks, šobrīd Jelgava ir sadalījusies pa maziem kolektīviem, kas noslāņojušies un vairāk noslēgušies, bet tajā laikā vēl bija tāda kopējā Jelgava. Labi, tu varbūt ar visiem nedraudzējies, bet zināji, kas kur ir un kur tajā visā ir tava vieta. Tas bija skaists laiks. Mēs kaut kur esam pazaudējuši to Jelgavas alternatīvo daļu. Es redzu, ka Anglijā, Šveicē joprojām ir vietējās kopienas, kur cilvēki satiekas. Anglijā tie ir pabi, kas dīvainā kārtā ir tādi kultūras nama ekvivalenti, mūsdienās tie ir kļuvuši modernāki un kulturālāki, tur var arī kafiju iedzert un atpūsties. Arī Šveicē mazos ciematiņos atbalsta jaunas un mazas iniciatīvas, nereti tikai tādēļ, lai tās būtu.

– Kā nokļuvi līdz koučingam (personiskās izaugsmes treniņam – red.)?

Pirms tam mana karjera bija mākslas kritikā, tad rakstīju "Dienā" un arī starptautiskos medijos. Londonā izstudēju mākslas kritiku un sāku organizēt kursus un seminārus Latvijā. Desmit gadus biju iekšā mākslas kritikā. Tad sekoja ekonomiskā krīze, un mākslas jomā iestājās klusums. Es atsaucos uz piedāvājumu un aizgāju strādāt uz Rīgas Ekonomikas augstskolu, kur vairākus gadus pārdevu biznesa kursus. Kādā brīdī sapratu, ka esmu ieguvusi tādu kā neklātienes biznesa izglītību, jo pati visus kursus biju arī noklausījusies.

Saskaroties ar koučingu, es sapratu, ka mani mazāk interesē biznesa sistēmas un finanses, bet vairāk ideja par līderi katrā cilvēkā. Tas, kā stimulēt cilvēkos pašapziņu, spēju sekot saviem talantiem, lai viņu dzīve kļūtu interesantāka. Kā dzīvot saskaņā ar savu hobiju un aicinājumu. Tad es izmācījos Masačūsetas institūtā par pozitīvās

Tā bija galvu reibinoša sajūta, kad sapratu, ka varu izvēlēties notikumus un aprakstīt tos, pievērst cilvēku uzmanību

psiholoģijas kouču (personiskās izaugsmes treneri – red.).

Klasiskajā psiholoģijā orientācija ir uz to, kas ir slikti un kā to varam izmainīt vai izārstēt. Savukārt pozitīvās psiholoģijas fokuss ir uz to, kas tevī jau ir labi, kas ir tavi talanti, spējas un kā vari paņemt no tā vairāk? Sākumā es aicināju citus lektorus, bet drīz vien manas lekcijas kļuva populārākas, tā sāku praktizēt pati. Šobrīd integrējos arī Lielbritānijas un Šveices līmenī, lai man pašai ir interesanti.

– Vai paralēli turpināji darboties arī mākslas jomā?

Esmu atgriezusies mākslas vidē, jo, pateicoties koučingam, sapratu, ka māksla man ir ļoti svarīga, ka mani tā interesē un ir sava veida dzīvi-

Kā atrast savu aicinājumu un sekot tam

Andas ieteikumi

1. Noskaidro savas rakstura stiprās puses, savus talantus. Piemēram, aizpildot vadošo rakstura testu www.viacharacter.org vai kādu citu.
2. Apzinies, kas ir tavas labākās īpašības: humors, laipnība, drosme, cerība, apdomība…
3. Pārdomā veidus, kā tu vari iekļaut vairāk no sava rakstura ikdienā, darbā, attiecībās. Tas radīs enerģiju, iedvesmu un dzīvesprieku.
4. Noliec savas Top 5 kvalitātes savas dzīves centrā – tas radīs jēgas un misijas sajūtu.
5. Ievēro un runā par citu stiprajām pusēm – tas uzlabos attiecības.

bas avots. Esmu mākslas konsultante, palīdzu kolekcionāriem nopirkt mākslas darbu un atbalstu vairākus latviešu māksliniekus starptautiski. Mana interese ir, lai latviešu māksla būtu starptautiskā apritē, lai to pirktu arī vācieši un angļi.

– Pastāsti, kāds koučingam sakars ar laimi?

Pozitīvā psiholoģija ir zinātne par laimi. Tas, kā tiek pētīta laime, ir caur pozitīvām rakstura kvalitātēm, talantiem un pozitīvām emocijām. Es savos semināros vienmēr runāju par stiprajām rakstura kvalitātēm vai pozitīvām emocijām. Tu vari kļūt laimīgāks, apzinoties, kas tevī jau ir labs, attīstīt to un rīkoties saskaņā ar saviem talantiem.

Daudzi cilvēki nāk uz semināriem, meklējot dzīvē vairāk jēgas. Bieži vien tie ir cilvēki pusmūža krīzē, kad karjera ir izveidota, mērķi sasniegti, bet paši varbūt ar to nav īsti apmierināti. Vai arī cilvēki domā par to, ko vēl varu darīt. Tad mēs skatāmies uz agrīnajiem talantiem, uz to, kas viņā jau ir. Dažkārt cilvēks neapzinās, ka, piemēram, humors, laipnība vai drosme ir vērtība, tas liekas pats par sevi saprotams. Jo vairāk izdomāsi, kur to savā dzīvē integrēt, jo laimīgāks kļūsi. Daudzi meklē vairāk jēgas, domājot, vai tiešām dzīve ir par naudas pelnīšanu un izdzīvošanu, vai tomēr dzīve ir kaut kas vairāk. Šajā brīdī es varu palīdzēt, iedvesmot ar savu piemēru.

– Tu noteikti vari iedvesmot! No Jelgavas meitenes esi kļuvusi par starptautiski atzītu kouču un mākslas ekspertu.

Es vienmēr zināju, ka mācīšos ārzemēs. Biju par to sapņojusi, no mazām dienām lasot angļu pasakas. Pēcpadomju sabiedrībā bija maz iespēju, un, tikko tās radās, uzreiz tās izmantoju. Toreiz nevarēja paņemt kredītu mācībām, viss bija jāmaksā pašam, bet man to tik ļoti vajadzēja, ka biju gatava savākt naudu jebkur, jo zināju, ka studēšu Londonā. Es vienmēr esmu bijusi starptautiski orientēta. Vienreiz Jelgavas Kultūras namā uzstājās zviedru folkloras deju kopa, es viņiem uzdāvināju puķes, kartīti un teicu, ka gribu ar viņiem sarakstīties, lai uzzinātu, kā ir Zviedrijā. Es vienmēr "gravitēju" pie tiem, kas runā angliski, jo viņi lietas redz citādi. Instinktīvi zināju, ka, kontaktējoties ar citu kultūru, vienmēr būs vairāk iespēju. Savā ziņā esmu pasaules pilsone.

– Ko tev tagad nozīmē Jelgava?

Atceros, Kārlim Vērdiņam, manam skolas biedram, bija dzejolis par balto kazu, kurā viņš runāja par to, ka Jelgava ir tā pilsēta, no kuras visi grib tikt prom. Es arī biju no tiem, tādēļ agri pārcēlos uz Rīgu un daudz braukāju pa ārzemēm. Tagad Jelgava savā ziņā man atkal nozīmē vairāk, jo šeit arī ir skaista un ērta dzīve, sakopta vide un svaigs gaiss. Tagad, kad aizvien vairāk darbojos starptautiski, man ir svarīgi, ka pēc Londonas es atbraucu nevis uz Rīgu, bet uz Ozolniekiem. Vai dodos pastaigāt pa Pils salu pie zirgiem. Jelgava ir svaiga gaisa, dabas, veselīguma, miera iespēja.

Es priecājos Jelgavā dzirdēt svešvalodas, jo tas ir sapnis, ko sapņoju, dzīvojot Jelgavā, – ka te būs cilvēki no ārzemēm, ka ne tikai mēs sapņosim par nokļūšanu Anglijā vai Amerikā, bet viņi brauks šurp. Man liekas būtiski veidot Jelgavu par starptautisku pilsētu. Es, piemēram, redzu Jelgavas pili un nesaprotu, kāpēc to neizmantoja. Šeit ir notikusi politika, septiņus gadus šeit dzīvojis Francijas karalis Luijs XVIII! Tā ir milzīga vērtība, tā aktualizēšana starptautiskā mērogā dotu Jelgavai lielu pienesumu.

– Tev ir iespēja nodot ziņu jelgavniekiem, ko tu gribētu teikt?

Lai viņi seko impulsam par savu sapni, lai arī cik savāds tas būtu. Seko tam, jo tas aizvedīs tur, kur būsi laimīgs. Dari, ej uz priekšu, satiecies ar līdzīgi domājošiem! Tādā ziņā es vienmēr esmu saglabājusi bērnišķīgumu, es ticu bērnības sapņiem. Ja cilvēks dara ar pārliecību, viņam piemīt magnētisms, citi pievelkas pie viņa. Neļauj, lai tevi izšūpo ārā no sapņa! Labi, dari to, kas tev jādara, bet paturi savu sapni prātā.

Uz vienu no maniem semināriem atnāca vīrietis, kurš visu mūžu bijis dažādos biznesos. Viņš atcerējās, ka kādreiz ir vēlējies rakstīt. Ka rakstījis stāstus, lugas, bet ģimene to īsti nav atbalstījusi. Seminārā šis vīrietis ieraudzīja, ka viņam ir talanti, kas nepieciešami rakstniekam, tādi kā garīgums, cerība. Tagad viņš ticis līdz tam, ka tūlīt iznāks viņa romāns. Seminārs ļāva noticēt tam, ka viņa sapnis ir gana svarīgs, lai tam sekotu. Nav tā, ka primāri jāpelna nauda un tad kaut kad, kad būs laiks, varēs darīt to, kas patīk. Svarīgi ir saprast, ka sapnis ir tas centrs, kā dēļ pelnī naudu. Savs sapnis ir jāliek dzīves centrā, nevis kaut kur fonā, un tad cilvēks būs laimīgs. ZZ