

OSNOVNA ŠOLA I MURSKA SOBOTA
ŠTEFANA KOVAČA 32
9000 MURSKA SOBOTA



RAZISKOVALNA NALOGA

Besedne in miselne figure v knjižni uspešnici Aljoše Bagole

PODROČJE: SLOVENSKI JEZIK ALI KNJIŽEVNOST



Avtor: TIN ŠARUGA

Mentorica: Milena Mohorko

Murska Sobota, april 2024

ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujem mentorici gospe Mileni Mohorko, ki je vztrajala in zaupala v moje delo.

Hvaležen sem ji za vse vzpodbudne nasvete in razumevanje.

Posebna zahvala gre spoštovanemu gospodu Aljoši Bagoli, ki me je vzel skrajno resno in izčrpno odgovoril na vsa moja vprašanja.

Iskreno hvaležen sem prijatelju Eriku Hauku, ki je mojo nalogo ilustrativno obogatil.

Ravno tako se zahvaljujem ravnatelju gospodu Alešu Benku, ki je podprl mojo izdelavo naloge.

Zahvala gre tudi mojim staršem ter seveda vsem, ki ste me spodbujali ali mi kako drugače pomagali.

POVZETEK

Izgovorjene, zapisane ali še neizgovorjene besede imajo posebno moč in so glavno sporazumevalno orodje med ljudmi. Izgovorjene odzvanjajo v govorniku in v poslušalcu ter njunem odzivu nanje. Zapisane lahko brez okrnjenosti vedno znova prebiramo, doživljamo in jih skozi čas razumemo v različnih odtenkih. Te nimajo vpliva le na posameznika, temveč široko množico bralcev različnih obrazov, časov in načel. Neizgovorjene pa imajo največjo moč in vpliv na posameznika samega. Oglašajo se v mislih, ko so srečanja z ljudmi že mimo. Ne dopuščajo počitka in zadovoljstva, temveč rastejo, vrtajo in napadajo v človekovi notranjosti.

Zapisane sem po svoje doživljal tudi jaz, ko sem bral knjigo *Kako izgoreti* uspešnega slovenskega oglaševalskega direktorja Aljoše Bagole. Pritegnila me je, ker si jo je kupila mama in jo ob večerih brala, nato pa jo vneto priporočala tudi svojim najboljšim prijateljicam. Vsebina sama mi je bila na več mestih nerazumljiva, mojo pozornost pa so pritegnile besede, s katerimi se je avtor igral in jih spretno obračal. Bolj kot sem bral, več besed sem opazil, kako so črkovno in vsebinsko povezane. Avtorjeva jezičnost se mi je zdela iz poglavja v poglavje bolj smiselna in je v sebi nosila pomembno sporočilo za sodobnega človeka. Začutil sem, da lahko nagovarja tudi mene kot bodočega dijaka in študenta. Vpadljive besede sem si začel izpisovati in jih med sabo primerjati. Prešnila me je ideja, da bi jih podrobneje preučil in analiziral, saj se mi je to zdelo osebno uporabno. Iz teh zapiskov je po korakih nastajala moja raziskovalna naloga.

KLJUČNE BESEDE: Aljoša Bagola, besedna igra, anagram, stalna besedna zveza, izgorelost, notranja moč, smisel, duševno zdravje

SUMMARY

Words, either spoken, written or unspoken, have a special power and are the main communication tool between people. Spoken words resonate in the speaker and the listener and their response to them. Written words can be read again and again and be experienced or understood in different shades over the course of time. They have an impact not only on an individual, but on a wide range of readers of different faces, times and principles. However, unspoken words have the greatest power and influence on the individual. They occur in the mind when the meetings with people are already over. They do not allow rest and satisfaction, but grow, drill and attack inside a person.

I also experienced written words in my own way, when I was reading the book *How to Burn out* by the successful Slovenian advertising director Aljoša Bagola. I was drawn to it because my mother bought it and read it in the evenings, and then enthusiastically recommended it to her best friends. The content itself was incomprehensible to me in several places, but my attention was drawn to the words with which the author played and skilfully turned them. The more I read, the more words I noticed that were related in spelling and content. The author's language seemed to me to make more sense from chapter to chapter and it carried an important message for modern people. I felt that he could appeal also to me as a future pupil and student. I started writing down the catchy words and comparing them with each other. I was struck by the idea of studying and analysing them in more detail, as I found it personally useful. From these notes, step by step, my research paper was created.

KEY WORDS: Aljoša Bagola, wordplay, anagram, set phrase, burnout, inner strength, meaning, mental health.

KAZALO VSEBINE

1 UVOD	7
2 METODOLOGIJA.....	8
2.1 Namen raziskovalne naloge	8
2.2 Cilji raziskovalne naloge	8
2.3 Raziskovalne hipoteze:	9
TEORETIČNI DEL.....	10
3 ŽIVLJENJEPIS ALJOŠE BAGOLE	10
4 OPIS KNJIGE.....	16
4.1 Pojmi, ki so vezani na predstavitev knjige	18
5 IZPIS, ANALIZA IN RAZLAGA NEKATERIH BESEDNIH IN MISELNIH ELEMENTOV V IZBRANEM DELU	21
5.1 Snov, motivi, tema, ideja, prostor, čas, pripovedovalec, sintetična tehnika in stil v pripovednem besedilu.....	21
5.1.1 Analiza dela Kako izgoreti.....	23
5.2 Besedne in miselne figure kot elementi v izbranem delu.....	23
5.2.1 Določitev literarnovednih figur izpisanim besedam, besednim in miselnim zvezam ter moje razumevanje le teh	26
5.2.2 Ilustrativni prikaz izbranih miselnih in besednih zvez	40
5.2.3 Moje ugotovitve ob izpisu, določitvi in razlagi besed, besednih in miselnih zvez	46
6 INTERVJU Z ALJOŠO BAGOLO	49
6.1 Analiza intervjuja.....	54
7 ZAKLJUČEK	56
8 VIRI IN LITERATURA.....	59

KAZALO SLIK

<i>Slika 1: Aljoša Bagola kot skuštran upornik ter skupaj z bratom in sestro.....</i>	<i>10</i>
<i>Slika 2: Bagola s svojo 1. knjižno uspešnico</i>	<i>11</i>
<i>Slika 3: Bagola v svojem predavateljskem elementu.....</i>	<i>12</i>
<i>Slika 4: Bagola kot gost v oddaji 24 ur</i>	<i>12</i>
<i>Slika 5: Fatalni moški leta 2021</i>	<i>13</i>
<i>Slika 6: Bagola, slovenski kreativni direktor desetletja</i>	<i>13</i>
<i>Slika 7: Izdana dela Aljoše Bagole</i>	<i>14</i>
<i>Slika 8: Aljoša Bagola z ženo, gledališko igralko Ivo Krajnc</i>	<i>14</i>
<i>Slika 9: Bagola z družino.....</i>	<i>15</i>
<i>Slika 10: Najlepši trenutki z ženo Ivo in hčero Sofio</i>	<i>15</i>
<i>Slika 11: Bagolov knjižni prvenec</i>	<i>16</i>
<i>Slika 12: Eno od spletnih vabil na predstavitev knjige</i>	<i>17</i>
<i>Slika 13: Predstavitev knjige na Knjižnem sejmu</i>	<i>18</i>
<i>Slika 14: Sreča, ki je prikazen, je kazen.</i>	<i>41</i>
<i>Slika 15: Resnična sreča zahteva resnično srečanje s samim sabo.</i>	<i>41</i>
<i>Slika 16: Tako kot bomo mislili, si bomo življenje tudi osmislili</i>	<i>42</i>
<i>Slika 17: Ko smo v konfliktu, navadno ne padajo konfeti.....</i>	<i>42</i>
<i>Slika 18: Tiktak je taktika, vsaka sekunda v resnici šteje</i>	<i>43</i>
<i>Slika 19: Preveč se ukvarjamo s tem, kar nam manjka in premalo smo hvaležni za to, kar imamo</i>	<i>43</i>
<i>Slika 20: Mora nam biti mar zase, saj bo sicer življenje mora za vse</i>	<i>44</i>
<i>Slika 21: Bodimo hvaležni in sami sebi manj nadležni</i>	<i>44</i>
<i>Slika 22: Zaradi ponosa velikokrat dobimo po nosu.....</i>	<i>45</i>
<i>Slika 23: Otroku ne pripravljaj poti, ampak ga pripravi za pot.....</i>	<i>45</i>
<i>Slika 24: Če misliš kot žrtev, živiš kot žrtev.</i>	<i>46</i>
<i>Slika 25: Aljoša Bagola danes</i>	<i>49</i>

KAZALO GRAFOV

<i>Slika 1: Delež izpisanih besednih in miselnih zvez.....</i>	<i>48</i>
--	-----------

1 UVOD

Slovenščina je naš materni in skupni jezik. V njem se sporazumevamo na različnih ravneh. Služi nam v vsakdanjem življenju in ima praktični, uporabni namen. S svojim besediščem in sporočilnostjo pa nas tudi duhovno bogati in prispeva k naši osebni rasti.

Umetnostni jezik živi, diha in sporoča drugače od neumetnostnega. Vsakega posameznika nagovarja na drugačen način. Njegovega sloga ni mogoče celovito definirati, saj raste in se razvija na podlagi osebnega čustvovanja in doživljanja. Izbiramo in prebiramo ga ob različnih priložnostih. Te pa od nas pričakujejo in zahtevajo poseben nabor primerne besedišča, s katerim želimo ubesediti naš čustveni svet. Veselje, druženje, uspeh, ljubezen ali rojstvo ubesedujemo z radostnim in razigranim besediščem. Žalost, osamljenost, izguba, strah, samota so največkrat izraženi z manj besedami. Toda vsaka izmed njih nosi globoko sporočilo. Za tistega, komur je namenjena, in za ustvarjalca samega, ki jo neposredno izpove iz občutij svoje duše. Zapisane besede običajno še dolgo živijo po njihovi ubeseditvi.

Moja raziskovalna naloga se osredotoča na bogato in igrivo besedišče knjižne uspešnice poslovneža Aljoše Bagole, ki nosi naslov Kako izgoreti in vzeti življenje v svoje roke. Aljoša Bagola je eden največkrat nagrajenih slovenskih oglaševalskih kreativnih direktorjev, ki se je moral soočiti z boleznijo sodobnega hitrega načina življenja, to je izgorelostjo. Zraven tega je odličen predavatelj podjetjem, šolam in drugim zaposlitvenim institucijam ter neposreden kolumnist. Na vrhuncu svojih moči, uspehov in priljubljenosti je izgorel in se nato moral spoprijeti s podivjanostjo sodobnega sveta. Ko se je notranje sesul, se je najprej moral soočiti sam s sabo in se nato po majhnih korakih počasi vračati nazaj v vsakdanje življenje. To je zmogel s pomočjo psihoterapij, vsakodnevnega premagovanja samega sebe, gibanja in ubesedovanja notranjega počutja in doživljanja. Skozi osebno zdravljenje je popisal svoje življenjske zgodbe in se očistil notranje navlake. Nastala je knjiga globoke izpovedi, ki nagovarja in pomaga ozdravljati mnoge bralce in zaradi tega tudi knjižna uspešnica.

Knjiga, ki sem jo raziskoval z vidika besedišča, ni delo uveljavljenega in priznanega pisatelja, pač pa delo uspešnega poslovneža, ki je zmožen lepega in bogatega izražanja v slovenskem jeziku. S tem pa dokazuje, da je slovenski jezik še kako živ in zgovoren v globalnem poslovnem svetu, čeprav ni svetovni jezik.

2 METODOLOGIJA

Pri izdelavi raziskovalne naloge sem si pomagal s teoretičnimi in empiričnimi raziskovalnimi metodami. Uporabil sem deskriptivno metodo, ki je temeljila na analizi strokovne literature. S to analizo sem skušal izluščiti nekatere podatke o avtorju knjige in literarnih pojmih ter dobiti odgovore na vprašanja, ki sem si jih zadal. Nekaj gradiva je tudi internetnega. Tako besednega kot slikovnega. Lastno raziskavo sem opravil v empiričnem delu, kjer sem uporabil metodo zvočnega zapisa in metodo analize za raziskovanje besednih iger. K temu smo dodal še metodo likovnega izražanja.

2.1 Namen raziskovalne naloge

Namen moje raziskovalne naloge je bil najprej podrobneje obdelati slovensko knjižno uspešnico poslovnega Aljoše Bagole in iz nje izpisati besede in besedne zveze, s katerimi se pisec spretno poigrava, jih premetava, ustvarja anagrame in lucidne miselne obrate ter skozi njih bralcu podaja osebno sporočilo. V nadaljevanju sem izpisanim besedam in besednim zvezam določal strokovne literarnovedne figure in s tem dokazoval živost in uporabnost slovenskega jezika. Nekatere med njimi sem s pomočjo sošolčeve likovne zmožnosti prikazal v ilustrativni podobi. V procesu raziskovanja sem hotel ugotoviti, kaj je pisca pripeljalo do izgorelosti, kako se je spravil k pisanju, kako je njegova osebnoizpovedna zgodba vplivala na popularnost in razširjenost knjige med bralci. Ko sem ugotovil, da Aljoša Bagola izhaja iz Prekmurja, sem se želel z njim na nek način srečati. Odzval se je in z njim sem opravil zanimiv elektronski intervju. Eden od mojih namenov opravljenega intervjuja je bil, da dokažem, da je omenjeni pisec človek z zdravo osebnostjo in pravimi vrednotami, ki ne spregleda malega in zanj nepomembnega šolarja in njegovih izzivov.

2.2 Cilji raziskovalne naloge

- Na kratko in pregledno predstaviti življenjepis pisca;
- Zapisati strokovne literarnovedne izraze, ki so povezani z besednimi in miselnimi figurami;

- poiskati in izpisati besede, besedne zveze in povedi v izbranem delu, v katerih se pisec besedno poigrava in mu služijo kot osebno izrazno sredstvo za prikaz različnih vsebinskih motivov;
- intervjuvati pisca v zvezi z njegovo izgorelostjo in načinom nastajanja knjige;
- ilustrirati nekatere izbrane besedno igrive motive,
- ugotoviti, ali je vsebina knjige uporabna tudi zame in moje vrstnike, saj se že drugo leto zapored preko vsebine šolskega parlamenta pogovarjamo o duševnem zdravju, ki je velik problem tudi med mladimi – učenci, dijaki, študenti.

2.3 Raziskovalne hipoteze:

- 1. V besednih igrah in lucidnih izrazih se pojavljajo le poslovni motivi.**
- 2. Aljoša Bagola je osebnost, ki ga označuje prekmurski melos.**
- 3. Bagolovo besedišče vsebuje veliko tujk in anglicizmov.**
- 4. Za pisanje knjige se je odločil sam.**
- 5. Knjiga je lahko priročnik za samopomoč, ko gre za duševno zdravje.**

TEORETIČNI DEL

3 ŽIVLJENJEPIS ALJOŠE BAGOLE

Aljoša Bagola se je rodil 14. 4. 1979 v Murski Soboti v delavski družini. Že v rosnih mladih letih je veliko pomagal v domači restavraciji na Cankovi. Otroštvo je z bratom Dominikom in sestro Urško preživel v Prekmurju. Kot majhen je bil vseskozi obdan z različnimi ljudmi, ki so prihajali v njihovo gostilno ob različnih priložnostih ali vsakodnevno. Veliko časa je preživel v družbi dedka in vaških mož, ki so skupaj kuhali žganje in si pripovedovali življenjske zgodbe in izkušnje. Tukaj je osvojil življenjsko lekcijo dobrega poslušalca, kar mu je kasneje v poklicu in življenju prišlo še kako prav. Kot otrok se je bal slabe glasbe in se najraje sladkal s slivovimi cmoki svoje babice. V otroštvu je hotel postati avtomehanik, astronaut, vojak, nindža, košarkar NBA, pianist, rock zvezdnik (<https://www.mladinska-knjiga.si/avtorji/aljosa-bagola>) ...

Slika 1: Aljoša Bagola kot skuštran upornik - levo ter skupaj z bratom in sestro - desno



Vir: (<https://siol.net/trendi/svet-znanih/aljosa-bagola-skustran-upornik-z-dobrimi-ocenami-171558>)

Sam zase ve povedati, da je bil skuštran najstniški upornik z dobrimi ocenami. Študij je opravil na Ekonomski fakulteti v Ljubljani, kjer se je posvečal predvsem komunikologiji. Že v času študija se je začel aktivno ukvarjati s kreativnostjo in s svojo podjetniško žilico, komunikacijskimi sposobnostmi, ambicioznostjo presegal oglaševalski prostor, saj je za svoje kreativne projekte na festivalih prejemal številne nagrade in priznanja. Po končanem študiju,

leta 1994, se je posvetil ustanovitvi marketinške agencije Formitas. Agencija je hitro pridobila ugled in postala ena vodilnih na slovenskem trgu na področju marketinških storitev in svetovanja v Sloveniji in izven nje. Zasnova je največje tržnocomunikacijske projekte v Sloveniji in širši regiji. S svojimi izdelki se je pojavljal na domačih in tujih oglaševalskih festivalih.

13. 10. 2018 je imel v Cankarjevem domu najbolje ocenjeno predavanje 3. maratona pozitivne psihologije. Leta 2020 je bil kreativni direktor desetletja. Trikrat je bil kreativni direktor leta. Za svoje delo je prejel preko 100 nagrad in priznanj na domačih in mednarodnih oglaševalskih festivalih.

Poleg svoje kariere v marketingu je Bagola tudi avtor knjig o marketinških strategijah, podjetništvu in osebnem razvoju. Njegove knjige so postale priljubljene med podjetniki in vodilnimi kadri v Sloveniji (<https://www.bagola.net/sl>).

Slika 2: Bagola s svojo prvo knjižno uspešnico



Vir: (<https://www.mladinska-knjiga.si/knjige/stvarna-literatura/kako-izgoreti>)

Aljoša Bagola je danes upokojeni kreativni direktor in je aktiven kot predavatelj in svetovalec na področju kreativnega marketinga, poslovnega razvoja in osebnega uspeha. Pogosto je povabljen na poslovne konference, seminarje in dogodke, kjer deli svoje znanje in izkušnje s širšo javnostjo (<https://www.galarna.si/aljosa-bagola>).

Slika 3: Bagola v svojem predavateljskem elementu



Vir: (<https://www.bagola.net/sl>)

Pogosto se pojavlja v medijih kot strokovnjak na področju reklamnega oglaševanja. Svoje misli in stališča velikokrat deli v intervjujih, člankih in televizijskih oddajah.

Slika 4: Bagola kot gost v oddaji 24 ur



Vir: (<https://www.mladina.si/215234/ko-bagola-malo-trzne/>)

Baloga je odličen kolumnist, saj se iskreno razpiše o svojem odkritem pogledu na aktualni drveči svet. Leta 2021 je prejel nagrado za najbolj fatalnega moškega v državi.

Slika 5: Fatalni moški leta 2021



Vir: (<https://www.24ur.com/popin/domaca-scena/fatalni-moski-2021-leto-je-najbolj-zaznamoval-aljosa-bagola.html>)

Slika 6: Bagola, slovenski kreativni direktor desetletja



Vir: (<https://www.bagola.net/sl>)

Kot izjemen predavatelj in kolumnist je napisal že nekaj knjižnih uspešnic za samopomoč pri obvladovanju stresa v današnjem hitrem digitaliziranem svetu.

Slika 7: Izdana dela Aljoše Bagole



Vir: (https://www.youtube.com/watch?v=Q5nn_XASV9o)

Danes je upokojeni kreativec in se posveča predvsem predavanjem in promoviranju svojih knjižnih del. Njegov prvenec *Kako izgoreti* je izšla v 4. ponatisih. Udeležil se je že frankfurtskega knjižnega sejma.

Podatke o svojem družinskem življenju rad ohrani zase, vemo pa, da je poročen s slovensko gledališko igralko Ivo Kranjc in imata hčer Sofio (<https://cosmopolitan.metropolitan.si/zvezde/domace/aljosa-bagola-iva-krajnc-bagola-spoznala/>). Njegova družina mu pomeni največ in jo postavlja na prvo mesto, pred svojo kariero.

Slika 8: Aljoša Bagola z ženo, gledališko igralko Ivo Krajnc



Vir: (<https://govorise.metropolitan.si/traci/aljosa-bagola-razkril-kako-je-zarocil-svojo-iva-krajnc/>)

Slika 9: Bagola z družino



Vir: (<https://njena.svet24.si/clanek/kultura/film-in-tv/5e426cfa00079/iva-krajnc-bagola-sofia-in-aljosa-sta-vedno-na-prvem-mestu>)

Njegovi najnovejši projekti vključujejo družino, njegova želja pa je tudi, da uspešno nadaljuje svojo pisateljsko kariero. Kot družina zelo radi potujejo in odkrivajo zanimivosti tujih dežel, kjer se tudi preizkušajo v gurmanskih izzivih (.

Slika 10: Najlepši trenutki z ženo Ivo in hčero Sofio



Vir: (<https://govorise.metropolitan.si/traci/domaci-traci/aljosa-bagola-in-iva-krajnc-bagola-medtem-ko-ti-vzgajas-otroka-on-vzgaja-tebe/>)

4 OPIS KNJIGE

Knjiga *Kako izgoreti ... in vzeti življenje v svoje roke* je izšla leta 2019 pri založbi Mladinska knjiga. Obsega 357 strani, uredila jo je Aleksandra Kozarov. Dosegla je izjemen prodajni uspeh, saj je bila najbolj prodajana knjiga leta 2020. Še vedno osvaja knjižne lestvice in srca bralcev.

Aljoša Bagola jo je začel pisati v času svojega zdravljenja za izgorelostjo. Knjiga je na nek način rezultat osebnega terapevtskega čiščenja telesa in duha skozi pisanje. Avtor sam pa opozarja, da ni nadomestilo za strokovno pomoč. Pisana je v osebnem pripovednem slogu in vsebuje veliko življenjskih zgodb od avtorjevega otroštva do nastanka knjige. Razdeljena je na 38 poglavij, vsako poglavje nosi pomenljiv naslov, kot na primer Uvid, Zadovoljstvo, Trpljenje, Pričakovanja, Strah, Ljubezen, Spremembe ..., piščevega notranjega zavedanja sebe in sveta, v katerem živi(mo).

Aljoša je izvrsten pripovedovalec zgodb, ki nas z lucidnimi miselnimi obrati in bravuroznimi besednimi igrami mojstrsko popelje med navdihujoče življenjske zgodbe, pretresljiva spoznanja, nepričakovane uvide nevsakdanjega razmišljanja o tem, kako se učinkovito spoprijeti s podivjanostjo sodobnega sveta ter kljub vsemu v njem najti kanček utehe, pomirjenosti in optimizma (<https://emka.si/products/kako-izgoreti>).

Slika 11: Bagolov knjižni prvenec



Vir: (<https://www.dnevnik.si/1042917589>)

Avtor sam je v enem od intervjujev o knjigi povedal: »Spomnim se, da sem ob oddajanju teksta za prvo knjigo, ki je imela takrat naklado 2500 izvodov, napovedal, da bo knjiga razprodana v

mesecu dni. Opozarjali so me, naj si ne domišljam preveč. Potem sem pa imel že nekaj dni po izidu knjige popisovanje na Knjižnem sejmu, do mene je prišla urednica in rekla: »Imamo ponatis!« Knjiga je imela doslej štiri dotise, zdaj je na trgu 12 500 izvodov. Še vedno se zelo bere in zanimiva se mi zdi krožna ekonomija, ki velja pri uspešnih knjigah – en izvod lahko prebere res veliko ljudi. Nekoč sem izvod podpisal gospodični, ki je rekla, da mora knjigo prebrati čez vikend, ker nanjo čaka še osem ljudi ...« (<https://www.mladinska-knjiga.si/dobrezgodbe/beremo/aljosa-bagola-dusevno-zdravje-je-valuta-prihodnosti>)

Slika 12: Eno od spletnih vabil na predstavitev knjige



Vir: (<https://www.youtube.com/watch?v=NP4TVUbtdS4>)

Pisec pravi, da se je pisanje začelo, ko je v izgorelosti docela strtl ležal v postelji in guglal za kakšnim vzornikom, ki se mu je zgodilo kaj podobnega, a je Google molčal. Takrat si je zadal, da bo o tem pisal. Malo pred njim je knjigo s podobno vsebino izdala Damjana Bakarič, sočasno z njim pa Tina Bončina. Pravi, da je knjiga demokratizirala izkašljevanje o stiski tudi med moškimi. Z izidom knjige se je zgodila neke vrste destigmatizacija in detabuizacija govorjenja o duševnem zdravju. Pravi, da so odprli Pandorino skrinjico in zdaj gredo naprej (prav tam).

Slika 13: Predstavitev knjige na Knjižnem sejmu



Vir: (<https://primorske.svet24.si/2019/12/13/aljosa-bagola-razkriva-pasti-izgorelosti-in-nacine>)

4.1 Pojmi, ki so vezani na predstavitev knjige

Prepričan sem, da so naslednji pojmi zelo povezani z vsebino knjige, zato sem se odločil, da jih v tem delu izpišem in s pomočjo literature tudi razložim.

KREATIVNO PISANJE

Je ustvarjalno, izvirno, inovativno, umetniško pisanje; je uresničevanje in ubeseditev literarnih sposobnosti (Blažić, 1992: 200).

SAMOPODOBA

Skupek predstav, mnenj, ki jih ima človek o samem sebi, zlasti glede svojih lastnosti, sposobnosti; pozitivna samopodoba, slaba samopodoba (SSKJ).

IZGORELOST

Stanje popolne fizične in psihične izčrpanosti; preprečiti izgorelost/sindrom izgorelosti (SNB).

POZITIVNA PSIHOLOGIJA

Psihologija je veda, ki raziskuje človeško duševnost, dušeslovje; mladinska psihologija/otroška psihologija/psihologija dela/psihologija učenja/pedagoška psihologija/razvojna psihologija/socialna psihologija/klinična psihologija/pozitivna psihologija (SSKJ).

Pozitivna psihologija je psihološka disciplina, ki se ukvarja s preučevanjem človeške sreče, zadovoljstva, blaga itd. Ta izraz je prvi uporabil Abraham Maslow leta 1954 v svoji knjigi Motivacija in osebnost. Za začetek pozitivne psihologije kot novega področja psihologije pa štejemo leto 1998, ko je Martin Seligman, oče pozitivne psihologije, izbral za temo njegovega predsedovanja Ameriškemu psihološkemu združenju. Prva mednarodna konferenca o pozitivni psihologiji je potekala leta 2002 (https://sl.wikipedia.org/wiki/Pozitivna_psihologija).

VREDNOTE

So pozitivna duhovna in materialna stanja oziroma cilji pri človeku oz. ljudeh, ki so na splošno civilizacijsko cenjena, ker omogočajo civiliziran, stabilen in varen vrednoten razvoj človeka in skupnosti. To so npr. družina, ljubezen, zdravje, resnicoljubnost, pravičnost, poštenje, odgovornost, mir, prijateljstvo, življenje, solidarnost, spoštovanje, zaposlenost, materialna preskrbljenost za življenje ... Te se postavljajo po neki hierarhični lestvici. Lestvico vrednot je pri nas postavil psiholog Janek Musek. Te si sledijo: izpolnitvene (samoaktualizacija – duhovna rast), moralne (vežejo se na dolžnosti in odgovornosti), potenčne (vežejo se na uspehe in dosežke), hedonske (vežejo se na užitke) (<https://sl.wikipedia.org/wiki/Vrednota>).

DUŠEVNO ZDRAVJE

Duševno zdravje omogoča, da živimo izpolnjeno, razvijamo svoje potenciale in prispevamo k skupnosti (<https://nijz.si/zivljenjski-slog/dusevno-zdravje/>). Nacionalna koordinatorica v Sloveniji doc. dr. Helena Jeriček Klanšek je ob teh ugotovitvah opozorila: »Mladostniki so kot lakmusov papir stanja v družbi. Podatki raziskave kažejo doživljanje mladostnikov, njihove stiske, posebej med dekleti, ki so odraz tudi vseh pritiskov in idealov, ki se kažejo na družbenih omrežjih in jih kot družba spodbujamo – o tem, da bi morali biti uspešni na vseh področjih, popolni, nezmotljivi, se stalno dobro počutiti. A v realnem življenju ni tako. Zato je ključno, da mladim prisluhujemo in jim zaupamo, da zmorejo in jih opolnomočiti, da lahko sami rešujejo izzive v šoli, z vrstniki, da jih učimo socialnih veščin, soočanja s svojimi občutki, primerne izražanja občutkov, poslušanja, empatije, reševanja konfliktov, krepitev odpornosti in

pismenosti o duševnem zdravju. Mladostnikom z resnejšimi težavami, ki ovirajo njihovo funkcioniranje, pa je treba skupaj z njimi čim prej poiskati pomoč – pri pediatru ali na Centrih za duševno zdravje za otroke in mladostnike.« (<https://nijz.si/zivljenjski-slog/dusevno-zdravje-mladostnikov-v-evropi-in-sirse/>)

NOTRANJA MOČ

Je tisto, kar me žene naprej, mi v zadnjem času odzvanja v mislih. Šele pred kratkim sem se začela dobro zavedati, kaj to pomeni. Iskati moč v sebi in ne zunaj sebe v različnih ljudeh ali predmetih (<https://sensa.metropolitan.si/osebna-rast/notranja-moc/>).

Je biti sposoben stati za svojimi stališči, pogledi in prepričanju. Ta naj bo samo vaša in nikogar drugega. Stojte za vsem z vašim celotnim bitjem in v to, kar vi verjamete, govorite, sledite sebi. Bodite strastni, željni, voljni izkušati vse lepote tega čarobnega planeta, kajti to ste že ves čas. To ni rezultat počasnega tempa življenja, temveč umiritve svojega uma (https://www.svetloba.si/znanja/kaj-je-notranja-moc#google_vignette).

USTVARJALNI GON

Večina piscev navaja omenjene razloge, ki so le zunanji razlogi za ustvarjanje. Pri pravih ustvarjalcih, ki so notranje motivirani gre za uresničevanje samega sebe, za ustvarjalni gon, ki se izraža skozi ustvarjalni nemir in se izrazi v literarnem besednem jeziku. Precej avtorjev piše, ne da bi imelo resne namene objavljati. Navadno pišejo in želijo objavljati, vendar so tu procesi samouresničevanja, samorealizacije in samoaktualizacije, h katerim jih žene ustvarjalni nemir, ki se materializira v literarnem izrazu, primarnejši kot želja po objavljanju. Razlika je, kot pravi Fromm, v imeti ali biti (Blažič, 1992: 23).

USPEŠNICA

Je v določenem času najbolj uspela, popularna stvar; filmska /modna/televizijska uspešnica, prodajna uspešnica, tržna uspešnica ... Je v določenem času najbolj uspelo delo, zlasti literarno ali glasbeno; najbolj kupovana knjiga – uspešnica leta (SSKJ).

Knjižna uspešnica (angl. bestseller), pomeni izvirno tiste knjige, ki so po podatkih prometa v določenem času dosegle najvišjo prodajo (https://sl.wikipedia.org/wiki/Knjižna_uspešnica).

EMPIRIČNI DEL

5 IZPIS, ANALIZA IN RAZLAGA NEKATERIH BESEDNIH IN MISELNIH ELEMENTOV V IZBRANEM DELU

Ob prebiranju in izpisovanju besednih motivov na ravni jezika v izbranem delu sem si zadal cilj, da analiziram najdene besedne motive tako, da jih razvrstim glede na njihovo besedno in pomensko povezanost. Že kar hitro se je pokazalo, da je teh motivov veliko in da jih je smiselno sistematizirati glede na miselni in besedni odnos med njimi.

- Tako sem se odločil, da **podrobno analiziram vse najdene besedne motive v izbranem delu.**
- Vse izpisane **motive, ki so v besednem odnosu sorodni, sem obarval z isto barvo in jih razložil.**
- Nekateri **izbrane motive je moj sošolec ilustriral in jim tako dodal aktualizacijsko in uporabno vrednost skozi lastno razumevanje.**
- Aljošo Bagolo sem v zvezi z njegovo uspešnico intervjuval. Vprašanja in odgovore sem zapisal ter napisal analizo intervjuja.

5.1 Snov, motivi, tema, ideja, prostor, čas, pripovedovalec, sintetična tehnika in stil v pripovednem besedilu

Ker je moje obravnavano delo pisano v osebem pripovednem slogu, sem za lažje razumevanje in analizo besedila izpisal nekaj literarnovednih pojmov.

Snov besedni ustvarjalec poišče v stvarnosti, resničnosti, ki nas obdaja. Je nekaj, kar bi obstajalo in nas obdajalo, četudi pisatelj/pesnik ne bi napisal svojega dela. (...) Snov je lahko tudi čista domišljija ali jezik sam (npr. igra z besedami).

Motivi so delci snovi, predmeti, situacije, značilni, tipični življenjski položaji, razmerja med osebami, dogodki v določenem času in prostoru, čustva ..., ki si jih bralec lahko predstavlja.. Povzročajo kako dejanje, ravnanje, nagib. Tako za avtorja kot za razumevanje je najpomembnejši glavni motiv, poznamo pa tudi stranske. Lahko se združujejo v večje sklope. Isti liki, situacije ... se lahko kot motiv v različnih oblikah ponavljajo v več delih. Pri iskanju, prepoznavanju motivov nam lahko pomaga vprašanje, kateri dogodki, osebe ... so del določene snovi (Honzak, 2002: 15).

Motiv je lahko predmet, dogodek, situacija, pojem, čustvo ali pojav. Izrazimo ga z besedno zvezo, npr. motiv neuresničene ljubezni, motiv smrti, motiv hrepenenja. Poznamo več vrst motivov.

Vrste motivov:

1. **Osrednji (glavni ipd.) motiv** je tisti, ki je za umetnino najtehtnejši, najpomembnejši; tisti, ki največ pove. Za razumevanje besedila kot celote je nujen.
2. **Stranski motivi** so manj pomembni. So le za boljše razumevanje besedila in podrobnosti.
3. **Smerni (vodeči/lajtmotiv) motiv** je značilen motiv, ki se ponavlja (motiv=refren) in tako usmerja pripoved, dogajanje. V glasbi je to značilna melodija ali del melodije, ki se ponovi v ključnih trenutkih skladbe (Kmecl, 1995: 72).

Temo dobiš kot besedo ali poved, ki odgovarja na vprašanje, o čem govori delo. Pojavlja se v določenem delu besedila (npr. v naslovu) ali pa jo moraš ugotoviti iz besedila. Tema je tista snov, ki je v besedilu najbolj tehtna za sporočilo (npr. ljubezenska ali domovinska, tema o pesništvu) (Honzak, 2002: 15).

Ideja (misel) je bolj neposredno izražena tema, Je poglavitna misel, avtorjevo miselno sporočilo, ki ga vsebuje posamezno delo. Dobiš jo kot odgovor na vprašanje, kaj sporoča to delo. Med drugim kaže, kako izviren je avtor. Iz nje je tudi razviden ustvarjalčev pogled na življenje in svet (Honzak, 2002: 15).

Prostor dogajanje besedila mora biti umeščeno v prostor, kraj, kar lahko za ustvarjalca pomeni precejšnjo težavo. Pomaga mu domišljija. (...) V pripovedništvu in liriki je razlika med dogajalnim in tvojim prostorom velikokrat velika. Premostiti jo moraš s svojo domišljijo (Honzak, 2002: 15).

Čas - velja podobno kot za prostor.

Pripovedovalec je tisti, ki pripoveduje o dogodkih, osebah, čustvih ... Delo je lahko pisano v 1., 3. ali celo v 2. osebi. Pripovedovalec je lahko avtor sam ali pa kdo drug – imenovan ali neimenovan. Avtor je lahko hkrati osebni pripovedovalec, ki govori o lastnih doživetjih, lahko pa govori v avtorjevem imenu umetni, izmišljeni pripovedovalec ali pa se pojavi neosebni/brezosebni pripovedovalec npr. kamera. Vsevedni pripovedovalec ve vse – vse vidi, sliši, je vsevednež (Honzak, 2002; 16-17).

Sintetična tehnika

Zgodba, ki združuje posamezne zgodbe v celoto; literarna tehnika, ki povezuje dele zgodbe v enotno zgodbo (Blažič, 1992: 201).

Stil

Način, kako je besedilo napisano, značilnosti, ki odražajo posameznega umetnika oz. njegov način, bistvene značilnosti individualnega načina izražanja avtorja (Blažič, 1992: 202).

Jezik kot gradivo literarnega dela

Poseben pomen dobi pojem snovi v zvezi z besedno umetnino na ravni jezika. Jezik je že po tradicionalni predstavi snov, gradivo ali medij, v katerem edino obstaja besedna umetnina. Ker je sestava besedne umetnine odvisna od sestave jezika, je že temeljnim sestavinam mogoče najti izvor, to je besede kot jezikovnega znaka. Temeljne sestavine literarnega dela so trojne:

- *snovno-materialne,*
- *idejno-racionalne,*
- *emotivno-afektivne.*

V besedni umetnini seveda ne obstajajo same zase, ampak zmeraj spojene v višje sestave, celote ali strukture kot sta zlasti vsebina in forma (Kos, 1996; 69-70).

5.1.1 Analiza dela Kako izgoreti

Pisatelj je vzel snov iz svojega resničnega življenja v času svoje izgorelosti. V knjigo je vključil veliko motivov, od življenja v službi, tekanja med službo in družino, skrb za svojo enoletno hčer, vpogled v svoje otroštvo in mladost, pomoč v domači gostilni, odnos do knjig, pogled na babico in dedka ter njuno življenje, svoj odnos do žene, zavedanje svoje duševne bolezni ... Celotno pisanje je spretno povezal s svojim bogatim jezikovnim znanjem. Jezik za pisatelja zelo pomembno izrazno sredstvo, saj se skozi njega čisti, sporoča svoje razmišljanje, razodeva svojo ranjeno notranjost. Skozi celotno pisanje ga je vodila ideja, da izpove svojo izčrpano duševno stanje, kako se je začelo, od kod se je pojavilo, kam nazaj sega. Zavedal se je, da ni edini in da bo morda knjiga komu v pomoč pri premagovanju in obvladovanju samega sebe. Tema je torej izgorelost in samopomoč pri zdravljenju. Prostor dogajanja je pravzaprav pisateljeva trenutna notranjost, ko v spominih potuje iz kraja v kraj, ki jih je prehodil. Podobno je s časom, analiziranje samega sebe poteka v času pisanja knjige, čeprav se v spominih vrača v svojo bivanjsko preteklost. Celotno delo pripoveduje v 1. osebi ednine ali množine, saj govori o lastnih doživetjih in pri tem ves čas nagovarja bralce, ker je prepričan, da so njegova soočenja s samim sabo sestavni del družbe oz. množice. Delo je pisano v sintetični tehniki, saj je sestavljeno iz več miselnih ali refleksivnih zgodb, ki so združene v celovito notranjo samopodobo. Stil pisanja je zelo oseben, kar se odraža v igrivem besedišču, v jasnih mislih in številnih miselnih povezavah samega sebe s svetom, prezaposlenostjo in posledično lastno izgorelostjo, za katero je, kot pravi, odgovoren sam.

5.2 Besedne in miselne figure kot elementi v izbranem delu

V omenjenem delu bom iskal naslednje literarnovedne figure, te bom izpisanim besedam in besednim zvezam, ki sem jih našel v knjigi, določal s pomočjo zapisane razlage o njih.

Metafora

Prenesen pomen, uporaba besed in besednih zvez v prenesenem ali slikovitem pomenu; dve enoti sta ustrezno združeni s skupno značilnostjo ali skupnim imenovalcem (asociativna oddaljenost) (SSKJ).

Polindrom

Beseda ali stavek, ki se naprej in nazaj enako bere (Blažić, 1992: 201).

Simbol

Dogovorjeno znamenje za pojem, prispodobo, čustvo, idejo (SSKJ).

Sinonim

Sopomenka, beseda, ki pomeni isto, piše se pa različno (Blažić, 1992: 200, 202).

Etimološka figura

Se imenuje ponavljanje istega korena v dveh besedah (Škarić, 1996: 136).

Antanaklasa

Je ponavljanje ene besede v dveh različnih pomenih (Škarić, 1996: 137).

Anagram – premetanka

Je nova beseda, ki nastane iz prejšnje s prestavitvijo črk (SSKJ).

Apofonija - Paronomazija

Je figura, s katero ustvarimo nasprotujoči pomen z majhno fonološko spremembo glasu (Škarić, 1996: 139).

Anadiploza

V anadiplozi je konec prvega stavka enak začetku naslednjega stavka (Škarić, 1996: 136).

Besedna igra - kalambur

Je najrazličnejše poigravanje z besedami, predvsem takšno, da tvorimo nove besede, vendar s kakšno zavestno spremembo, da sprožimo komičen učinek ali tako, da z ločevanjem ene besede ali spojitvijo dveh dobimo nek drug pomen, ali tako, da zamenjamo kontekst, in se zato ključni besedi spremeni pomen, ali, da se poigravamo s podobnimi besedami ali na kakšne druge načine (Škarić, 1996: 139).

Neologizmi

So novoustvarjene besede. Dobri so, če so potrebni, če ustvarjeni iz možnega jezikovnega fonda in če se dobro »primejo« (Škarić, 1996: 146).

Retorično vprašanje

Če neko trditev, zapoved ali željo izrečemo v obliki vprašanja, če vprašamo nekaj, kar je dobro znano in odgovor ni potreben ali če vprašamo in sami odgovorimo, z namenom, da bi okrepili izraz, imenujemo to retorično vprašanje (Škarić, 1996: 119).

Epifora

V epifori ponavljamo konce stavkov. Je mirna in vzburja bolj blaga čustva (Škarić, 1996: 135).

Sentenca

Je zgoščen izraz z moralno ali filozofsko vsebino. Pisec si jih po navadi ne izmišlja sam, temveč navaja izreke znanih ljudi ali ljudske ustvarjalnosti, navadno iz širših besedil. Navaja jih zato, da lahko jasneje izrazi svojo misel, zato ker so dobro oblikovane (Škarić, 1996: 123).

Rekla

So izrazi podobi sentencam, le da so ljudskega izvora in mnogo bolj poetični, slikoviti, ritmični in rimani. Zvenijo manj učeno, vendar delujejo bolj neposredno (Škarić, 1996: 124).

Anekdota

Je kratka izmišljena ali resnična zgodba komičnega ali poučnega značaja, ki jo pisec vrine v svoje besedilo iz različnih razlogov, da bi bil bolj zanimiv, da bi na slikovit način zapisal svojo misel, da bi pritegnil pozornost, da bi poslušalce razvedril (Škarić, 1996: 124).

Poliptoton

Je ponavljanje ene besede v različnih oblikah ali naštevanje slovnično podobnih besed (Škarić, 1996: 136).

Antiteza

Je figura besed, s katero postavljamo v nasprotje kontrarne ali celo kontradiktorne pojme, zato, da bi jih bolj izpostavili (Škarić, 1996: 134).

Lucidni miselni obrati

Je jasnost, prodornost, razumljivost misli in njihovih pomenskih obratov (SSKJ).

V empiričnem delu naloge se bom osredotočal predvsem na besede kot temeljne elemente zapisanega jezika. Jezikoslovec Jože Toporišič pravi, da je beseda najmanjše pomensko sporočilo samostojne enote stavka, torej najmanjša enota najmanjšega možnega sporočila (Toporišič, 1991: 90).

Zanimalo me bo, v kakšnem odnosu so nekatere besede med seboj, kako se avtor ustvarjalno poigrava z njimi, ko podaja osebno pripovedno sporočilo. Že ob prvem hitrem branju mi je bilo

jasno, da je jezik izredno bogat, igriv in dinamičen in vsebuje veliko literarnovednih figur. Veliko sem jih našel, izpisal in opredelil, prepričan pa sem, da sem jih veliko tudi spregledal in so šle mimo mene kot mladega bralca. Ob ponovnem branju ali morda čez nekaj let bi jih zagotovo našel oz. opazil še več. Pri izpisu sem si določil okvirno število in pristal na dokaj obsežni številki 135, za kar menim, da je povsem dovolj, da lahko uresničim zastavljene cilje svojega dela. Seveda sem izpisane besede oz. besedne izraze razlagal tako, kot jih jaz kot osnovnošolec razumem in s tem dokazoval, da je knjiga primerna tudi za najstniško starostno skupino.

5.2.1 Določitev literarnovednih figur izpisanim besedam, besednim in miselnim zvezam ter moje razumevanje le teh

IZPISANA besedna ali miselna zveza oz. poved	DOLOČITEV BESEDNE ALI MISELNE FIGURE	MOJE RAZUMEVANJE izpisane misli oz. besedne zveze
1. Spremenimo pričakovanja in pričakujmo spremembe.	ETIMOLOŠKA FIGURA	Pisatelj uporabi besede s podobnim pomenom in drugačnim časom in sestavi stavek, ki nas nagovarja oz. nam poskuša približati način poti do uspeha.
2. Če želimo doseči željeno, moramo poznati tudi neželjeno.	ETIMOLOŠKA FIGURA	Pisatelj se zaveda, da je življenje sestavljeno iz stvari, ki si jih želimo in tistih, ki si jih ne.
3. Ni pomembno, kaj bomo v življenju pustili za sabo, temveč kaj bo življenje pustilo v nas.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	Pisatelj je prepričan, da materialne stvari nimajo takšne cene kot pa kvaliteta naših odnosov in pogledov na življenje.
4. Včasih nam mora biti za kaj ravno, drugače nam bo še težje = ravnotežje.	BESEDNA IGRA	Pisatelj pravi, da ne smemo vseh stvari jemati preveč resno in odgovorno, ampak moramo iskati med njimi srednjo mero, tako bomo lažje živeli.
5. Prah si in v prah se povrneš.	SENTENCA	Ljudje se moramo zavedati, da smo telesno minljivi.

6. Če se ne upehaš , ne uspeš , je zmota.	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj je prepričan, da lahko uspeh dosežemo, če mu sledimo z zdravim pogledom na življenje.</i>
7. Dobil sem jih po buči.	REKLO	<i>Moral se je ustaviti in razmisliti.</i>
8. Dopust ali dopustiti si resnico?	ETIMOLOŠKA FIGURA, RETORIČNO VPRAŠANJE	<i>Pisatelj si zavestno postavlja vprašanje, ali je lahko na dopustu s polno glavo nepredelanih stvari.</i>
9. Sem spet na polno žgal .	NEOLOGIZEM	<i>Po izboljšanju počutja je zopet delal preveč</i>
10. med Scilo in Karibdo	SENTENCA	<i>Pisatelj pravi, da je razpet med dvojim, preobsežnim delom in smislom tega početja.</i>
11. Kolo se vrti, vzorec se ponavlja.	METAFORA	<i>Pisatelj se zaveda, da je težko prekiniti utečen način razmišljanja in usvojenih navad.</i>
12. Če si nenehno noro , je to precej noro .	EPIFORA	<i>Prepričan je, da človek ne more biti ves čas 100-odstotno aktiven.</i>
13. Do reda skozi nered .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Ljudje se lahko za kvalitetno in urejeno življenje veliko naučimo iz napak, ki smo jih storili.</i>
14. Uživajmo v urejanju , ne le v redu .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj pravi, da moramo življenje zavestno uživati v vseh njegovih fazah in oblikah.</i>
15. Popolnost je na račun polnosti življenja.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj je prepričan, da si popolnosti ne smemo niti zamišljati, saj to ni dano človeku.</i>
16. Velikokrat si prvi zgolj zato, ker so na prvem mestu drugi .	ANTANAKLASA	<i>Pisatelj uporabi besede, ki imajo na prvi pogled isti pomen, a imajo ob razumevanju povedi povsem drugačen pomen.</i>
17. optični optimizem	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Je privid, ko prikažemo sebe v najlepši obliki in se tako varamo.</i>

18. Za zadovoljstvo moramo najprej reči dovolj .	BESEDNA IGRA	Samo smo odgovorni za postavljanje osebnih mej in za to, kar nas dela zadovoljne.
19. Občutki zmagovalstva ob uspehih so vse bolj upehali .	ANTITEZA	Pisatelj pravi, da nas lahko nenehni uspehi zelo utrudijo.
20. taktika tiktak	BESEDNA IGRA	Pisatelj z uporabo besedne igre pove svoje mnenje o porabi in pomembnosti časa
21. doumeti ima zvezo z umom	ETIMOLOŠKA FIGURA	Zelo modri smo, ko stvari zares razumemo.
22. Zato se, preden nas ustavi čas, čimvečkrat ustavimo v trenutku .	ETIMOLOŠKA FIGURA LUCIDNI MISELNI OBRAT	V življenju se je pomembno večkrat ustavljati ob malih trenutkih in ne kar naprej samo hiteti.
23. Bomo » bogi « ali bogovi ?	LUCIDNI MISELNI OBRAT, RETORIČNO VPRAŠANJE	Vedno se moramo vprašati, kaj bomo in kako se bomo počuti ob opravljenem delu.
24. Bodite priča kovanju vsakega svojega pričakovanja .	BESEDNA IGRA	Pisatelj z besedno igro združi dve besedi s popolnoma drugačnim pomenom in s tem doseže večjo bralčevo pozornost ter globlje razmišljanje o situaciji.
25. Ne morem iz svoje kože.	REKLO	Ljudje smo zelo prepleteni z vzorci in navadami.
26. Življenje je tlaka , spremenimo v življenje je tkala .	PREMETANKA	Zelo pomembno je, kako razmišljamo in gledamo na življenje – je težko ali lahko.
27. Življenje si stkemo sami iz nevidnih niti naših misli.	METAFORA	Pisatelj nam razloži, da smo in moramo biti mi tisti, ki nadzorujemo svoje življenje in ne drugi.
28. Tako kot bomo mislili , tako si bomo življenje tudi osmislili .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	Naše misli so v življenju zelo pomembne, saj so začetek našega delovanja.

29. Smisel je kot sonce, ki nikoli ne zaide.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>V življenju moramo kar naprej iskati svoj smisel bivanja.</i>
30. Naš talent ne sme ostati latent .	BESEDNA IGRA	<i>Svoje sposobnosti in darove moramo deliti med ljudi.</i>
31. Za poslanstvo ni treba biti poslanec .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Kvalitetne stvari moramo v življenju početi brez razkazovanja in izbora drugih.</i>
32. Del svojega mišljenja moramo razvijati , del pa razbijati .	APOFONIJA	<i>Naše razmišljanje se vedno spreminja in je živo, zato ga izboljšujemo.</i>
33. Tisto, kar nam roji po glavi, nam kroji življenje.	ANTITEZA	<i>S tem hoče pisatelj poudariti, kako pomembno je naše mišljenje in kako pomembno je imeti realni pogled na dogajanje v okolici.</i>
34. Zase zaženimo antivirusni program.	METAFORA	<i>Svoje misli moramo večkrat izprašati in prečistiti.</i>
35. Čimprej ločimo zrnje od plev.	REKLO	<i>V življenju je potrebno ločiti dobro od slabega.</i>
36. Mislim, torej uspem.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Naš uspeh je odvisen od našega pristopa pogleda.</i>
37. Če želimo nadzor nad svojimi čustvi, moramo začeti nadzirati svoje misli.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Misli in čustva so zelo povezana, kajti v mislih se že odločamo o svojih odzivih na stvari in situacije.</i>
38. Navada je železna srajca.	REKLO	<i>Navade v življenju je zelo težko spremeniti.</i>
39. odisejada	SENTENCA	<i>Notranje spreminjanje človeka je dolgotrajno.</i>

40. zapleteni gordijski voz	SENTENCA	Zapletena situacija, ki jo lahko enostavno rešimo.
41. Nad nami visi damoklejev meč.	SENTENCA	V življenju ni vse le naša volja ampak smo del višje usode.
42. je naša ahilova peta.	SENTENCA	Je naše ranljivo mesto.
43. Trpimo za (p)ojdipovim kompleksom.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	Težko se odločimo za drugačno pot oz. začnemo na novo.
44. Radi smo ojdipi, navezani na preteklost.	SENTENCA	Ljudje smo preveč navezani na preteklost in to nam odgovarja.
45. živeti zadovoljno, ne le zadovoljivo življenje	ETIMOLOŠKA FIGURA, BESEDNA IGRA	Živimo kvalitetno in osmišljajoče življenje.
46. Pozabljamo, da si opravke nalagamo zato, ker nočemo imeti opravka sami s sabo.	ANTANAKLASA	Ljudje imamo s sabo največ dela in to je najtežje, zato se temu izmikamo z izgovori.
47. Če ne škripa postelja, škripa v razmerju.	ANTANAKLASA	Odnosi so vedno živi in dinamični, drugače nekaj ni v redu.
48. Tudi zaletavanje je tavanje .	BESEDNA IGRA	Delanje napak je iskanje prave poti v življenju.
49. Življenje zahteva žulje . Le tako nam nasuje dragulje .	METAFORA, ANTITEZA	Do uspeha in zadovoljstva pridemo skozi napor in trud.
50. Biti sam ni samo biti .	ANTANAKLASA	Če smo sami, imamo veliko početi sami s sabo.
51. Dno je vedno bedno .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	Ob neuspehih v delu in odnosih se nikoli ne počutimo dobro.
52. Sreča reči redči .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	Srečne nas ne delajo stvari, ampak celovit pogled na življenje.

53. Bolezen je, ko vse prileze ven .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Bolezen se pojavi najprej v notranjosti, v našem počutju in potem se pokaže na telesu.</i>
54. Zato imejmo v planu vse spraviti na plano .	ANTANAKLASA	<i>Bodimo iskreni sproti razrešujmo stvari in si jih ne prikrivajmo.</i>
55. Za zadovoljstvo moramo najprej reči dovolj .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Sami smo si dolžni postavljati meje, da bomo lahko zadovoljni.</i>
56. Zadovoljstvo = resničnost – pričakovanja.	BESEDNA IGRA	<i>Naše zadovoljstvo je odvisno od resničnosti in pričakovanj, kar pomeni, da moramo biti odkriti s sabo.</i>
57. Življenje predte postavi zid , upajoč, da boš sam sebi končno nastavlil ogledalo .	ANTITEZA	<i>V življenju so vedno prepreke in ovire z nekim namenom, da se iz situacij kaj naučimo in smo pozorni nase.</i>
58. Ne dovoli, da bi bilo popolno sovražnik dovolj dobrega (Voltaire).	SENTENCA	<i>V življenju ne bodimo prezahtevni do sebe, postavimo si realne meje in jim sledimo.</i>
59. lat. perfectus = doseženo, narejeno in izvršeno (ni presežnikov)	SENTENCA	<i>Naše razumevanje pojma perfektno ni ustrezno, zato ker je perfektno za človeka neuresničljivo, nedosegljivo.</i>
60. Brez brezglavih šprintov teci.	METAFORA	<i>Življenje se živi postopno in s tem hoče pisatelj povedati, da si je dobro narediti načrt in se ga skušati držati.</i>
61. Zmagovalec postaneš tako, da se naučiš pravila igre in potem igraš bolje od vseh ostalih. (A. Einstein)	SENTENCA	<i>V življenju je potrebno usvojiti neke navade in način razmišljanja, potem pa</i>

		<i>upoštevati pravila svoje zmogljivosti.</i>
62. imeti na doseg roke	REKLO	<i>Danes nam je veliko stvari samoumevnih in z lahkoto dosegljivih.</i>
63. Ne obstaja omika umika .	APOFONIJA	<i>S tem nam hoče pisatelj povedati, da ne smemo zanemariti sebe za dobro drugih in se pustiti podajati okoli kot lutka, ampak je potrebno poskrbeti zase in šele nato za druge.</i>
64. Ko nas je strah , premečimo črke te besede v hrast in rastimo pogumno, trdno in ponosno.	PREMETANKA	<i>Pisatelj nam na enostaven način razloži našo notranjo držo, ki je potrebna za osebno rast.</i>
65. Naše zmogljivosti za učenje, hvaležnost in ponižnost so sv. Trojica dobrega počutja.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj si izposodi božjo popolnost, da bi lažje povedal, katere stvari moramo vključiti v svoje življenje, da se bomo dobro počutili.</i>
66. Če ničesar ne moremo spremeniti na bolje , moramo to sprejeti, in takoj, ko to naredimo, se spremenimo na bolje .	ANTITEZA	<i>S tem nam skuša povedati le, da je potrebno včasih opustiti oz. sprejeti nekaj, da se poboljšaš in pomagaš samemu sebi.</i>
67. Knjiga je dobra lekarna, kjer so preprosti izreki najboljše zdravilo.	ETIMOLOŠKA FIGURA, LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj rad poudari, kakšno moč imajo knjige in pisanje ter kako je to pomagalo njemu. Obe, knjiga in lekarna vsebujeta zdravila, ki pomagajo človeku na različne načine,</i>

68. Mora nam biti mar zase, saj bo sicer življenje mora za vse.	APOFONIJA	<i>S tem pisatelj dodatno poudari, kako pomembno je samozavedanje, da se je potrebno postaviti zase in živeti.</i>
69. Starše nas pač skrbi , zato smo starši in skrbniki hkrati.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj iz dela besed ustvari povezane besedne zveze z globokim pomenom starševstva.</i>
70. Otroku ne pripravljaj poti , ampak ga pripravi za pot .	ETIMOLOŠKA FIGURA, ANTANAKLASA	<i>Pisatelj z dvema besednima zvezama, ki imata podoben pomen, predstavi izziv, s katerim se bo srečal vsak starš in starši imajo tu pomembno nalogo.</i>
71. Starš ni zato, da straši.	PREMETANKA	<i>Pisatelj z besedama prestavi najboljši način starševstva in dobrih medsebojnih odnosov.</i>
72. Zamenjava je zunanja sila, sprememba pa notranja .	ANTITEZA	<i>Pisatelj preprosto pove, kaj je pomembno in potrebno.</i>
73. Ne borilne , vse pomembne veščine so bodrilne .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj poudari, da ni vedno potrebna sila, ampak tudi druge spretnosti.</i>
74. Sreča, ki je prikazen , je kazen .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj poudari enega največjih problemov sodobne družbe, to je neresničnost izkazanih čustev in dražljajev.</i>
75. Biti žrtev je slabo izhodišče za biti v redu. (de Mello)	SENTENCA	<i>On je le eden mnogih, na katere se naslanja pisatelj in prav taki ljudje so pisatelja inspirirali, da napiše knjigo v takšni obliki.</i>

76. Resnična sreča zahteva resnično srečanje s samim sabo.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>S tem pisatelj pove, da smo mi tisti, ki lahko spremenimo sebe in smo v veliko primerih sami krivci za stanje, v katerem smo.</i>
77. Ko pogled na življenje izostrimo s hvaležnostjo, ga bomo manj zaostrovali .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Hvaležen je potrebno biti ne le z besedo, ampak tudi s pogledi in ko to dojameš, nisi več črnogled.</i>
78. Bodimo hvaležni in sami sebi manj nadležni .	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj pokaže, koliko različnih vplivov ima hvaležnost glede na to, kako jo sprejemamo.</i>
79. Optimizem ni danost , je predanost .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj s to mislijo predstavi optimizem in njegov vpliv oz. kako naj bi ga obravnavali.</i>
80. Naš ego ima veliko za bregom , zato se bo velikokrat obregnil ob naše načrte.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj pravi, da je lahko ego dobra ali slaba stvar in ga je potrebno nadzorovati, da ne ponori, saj lahko s tem uničimo nekaj, kar smo dolgo gradili.</i>
81. Napredek = ego + empatija	BESEDNA IGRA	<i>S tem pisatelj prestavi dva glavna dela do uspeha, ki ju je potrebno uspešno povezati.</i>
82. Ošteti nekoga in se pri tem ušteti , je žal naš vsakodnevni izid.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj s tem pove, da nismo sami na svetu in se je potrebno zavedati, da delamo vsi napake ter nimamo vedno prav. Velikokrat s svojim kreganjem komu storimo krivico.</i>
83. Ego nas sili v delanje napak , napake nas silijo v učenje , učenje zmanjšuje vpliv ega .	ANADIPLOZA	<i>Pisatelj z uporabo ponavljanja in poudarjanja predstavi cikel za uspeh in zmanjšanje vpliva</i>

		<i>ega lahko naredi okolje posameznika veliko prijetnejše.</i>
84. Kompleksi so kot pleksi stekla. Ne opazimo jih takoj, vendar nam pogled na svet popačijo.	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj z besedno igro skuša povedati, da velikokrat ne opazimo zelo pomembnih detajlov, ki lahko drastično spremenijo situacijo.</i>
85. Zaradi ponosa velikokrat dobimo po nosu .	PREMETANKA	<i>Pisatelj hoče s tem povedati, da nam ponos velikokrat stoji na poti do uspeha in je potrebno včasih sebe postaviti na drugo mesto, da dosežemo končni uspeh.</i>
86. Ko smo v konfliktu , navadno ne padajo konfeti .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>S tem pisatelj pravi, da biti v konfliktu ni dobro, ampak je potrebno situacijo čim prej razrešiti .</i>
87. Pametni odneha tako, da niti ne začne .	ANTITEZA	<i>Pisatelj nam skuša povedati, da so konflikti nepotrebni in se je najbolje osredotočiti ter ignorirati vse stranske vplive.</i>
88. Če misliš kot žrtev , živiš kot žrtev .	EPIFORA	<i>Pisatelj s ponavljanjem jasno pove, kako pomembno je imeti dobro razmišljanje, saj to, kar mislimo, nadzoruje tok našega življenja in naših odločitev.</i>
89. kul(t) kulture dela	BESEDNA IGRA	<i>V odnosu pri delu z drugimi veljajo dobra in določena pravila sodelovanja.</i>
90. Brez stika s sabo smo ljudje v kratkem stiku .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj hoče povedati, da je potrebno ves čas obdržati stik s sabo, saj če ga izgubimo, to</i>

		<i>vpliva na naš vsakdan in naše duševno zdravje.</i>
91. Vse v življenju zmoremo doseči brez hitenja , saj tudi hiti na lestvicah niso vedno hitri .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj pove, da je včasih potrebno nekaj narediti počasi in strpno.</i>
92. Biti z glavo nenehno pri naslednji obveznosti , pa je z visokim zidom obdana obvoznica mimo lepote, radosti in uživanja v življenju.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj hoče povedati, da se je potrebno osredotočiti na eno stvar in ne prehitevati, saj je v tem lepota življenja.</i>
93. Beseda preobremenjenost je že sama po sebi preobremenjena s črkami.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj pove, da je že ena beseda lahko preobremenjena in kako preobremenjen je lahko šele človek.</i>
94. Kolumna = um na kol	PREMETANKA	<i>Včasih je dobro pustiti možgane le počivati in vse odmisлити.</i>
95. dopustiti ni dopust	BESEDNA IGRA	<i>Nekaj pustiti ni počitek, ampak le začetek novega dela.</i>
96. Razpolovimo svojo razpoložljivost in podvojili bomo svojo razpoloženost .	ANTITEZA	<i>Pisatelj poudari, pomembnost tega, da omejimo dostop do sebe in srbimo zase.</i>
97. Če želimo biti v redu, bo potrebnih 10000 korakov na dan.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>S tem hoče povedati, da ima pot do dobrega počutja več korakov, kot si mislimo.</i>
98. Hoja je človekova primarna meditacija in naravna medikacija .	APOFONIJA	<i>S tem hoče povedati, da nam lahko čisto preproste in zastoj stvari v veliki meri pomagajo.</i>
99. oh, ja = hoja	ANAGRAM	<i>Pisatelj hoče povedati, da se oboje lahko na svoj način uporablja kot zdravilo.</i>

100. Edina možnost, da kam pridemo je, da gremo . In pametno je, da pri tem hodimo .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Za osebni napredek je potreben premik in ne stagniranje in pri tem je pomembna ustrezna hitrost.</i>
101. Žal delamo, ker želimo pobegniti in ne, ker želimo ustvarjati.	ANTANAKLASA	<i>Hoče povedati, da veliko ljudi opravlja službe, ki jih ne osrečujejo in jih opravljajo samo zato, da nekaj delajo in ne iz veselja.</i>
102. Za koga garam scuzano kljuse!	NEOLOGIZEM	<i>S tem hoče povedati, da se veliko ljudi zakoplje v delo in se precenjujejo in nato izgorijo.</i>
103. Naš namen ni, da minevamo v življenju , ampak da v minevanju živimo .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Predstavi, kako naj bi razumeli minevanje v življenju in da se zavedamo, da živimo določen čas.</i>
104. Celjenje pomeni, da postanemo ponovno celi . Telo in duh morata imeti enak delež pri tem.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Pisatelj poudari, da je dobro premisliti, kako naprej, da smo celostno zdravi.</i>
105. Odgovornost terja odgovore .	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj hoče povedati, da je potrebno za dosežek nekaterih stvari druge postaviti na stran ali se jim odpovedati.</i>
106. Izgorelost je turbulentno potovanje. Vkranje na peklensko vožnjo je bilo neprostovoljno.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Hoče povedati, da je izgorelost grozna stvar, a se je uspel vrniti in si jo vzeti kot šolo za prihodnost.</i>
107. Nebo je pogrnjena miza.	SENTENCA	<i>Pisatelj nam predstavi življenjsko resnico, le videti jo moramo znati.</i>

108. Razpet med tečaje v sebi hodiš po tirnicah neba.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj pove, da smo včasih v sebi izgubljeni in se je potrebno najti in nadaljevati pot.</i>
109. Ko orel najde svoje nebo, postane gnezdo malo okence.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pove, da smo lahko del nečesa večjega, le delati je potrebno.</i>
110. Ogrnjen v strah pred mejami si slepi potnik v kočiji besed.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj poudari, da se veliko ljudi podcenjuje in se po nepotrebnem zagrinja v svoje strahove.</i>
111. Prevzetnost je kup šare, nakradene v tujih sanjah.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Hoče povedati, da prevzetnost ni potrebna in lahko prerase v nepotrebnosti del vsega, kar počnemo.</i>
112. Kazalec je pokazatelj.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Ko nam nekdo ali nekaj žuga, nam s tem nekaj sporoča oz. pokaže.</i>
113. Drugače na poti k uspehu upehamo.	BESEDNA IGRA	<i>Treba je biti zmeren v vseh stvareh, ki jih počnemo.</i>
114. Resnična sreča zahteva odkrito srečanje s samim sabo.	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Naše zadovoljstvo je odvisno od naše odkritosti in iskrenosti do samega sebe.</i>
115. Optimizem ni danost, ampak predanost.	BESEDNA IGRA	<i>Do optimizma in zadovoljstva pridemo samo na zavesten način.</i>
117. obsesije, da vse sije	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj pravi, da obsedenost z vsem najboljšim in brezhibnim nas lahko precej stane.</i>
118. Metoda sendviča: pohvala – kritika – pohvala.	SENTENCA	<i>V življenju je potrebno biti odkrit, ker to lahko pripomore k nadaljnjemu delu ali rasti.</i>

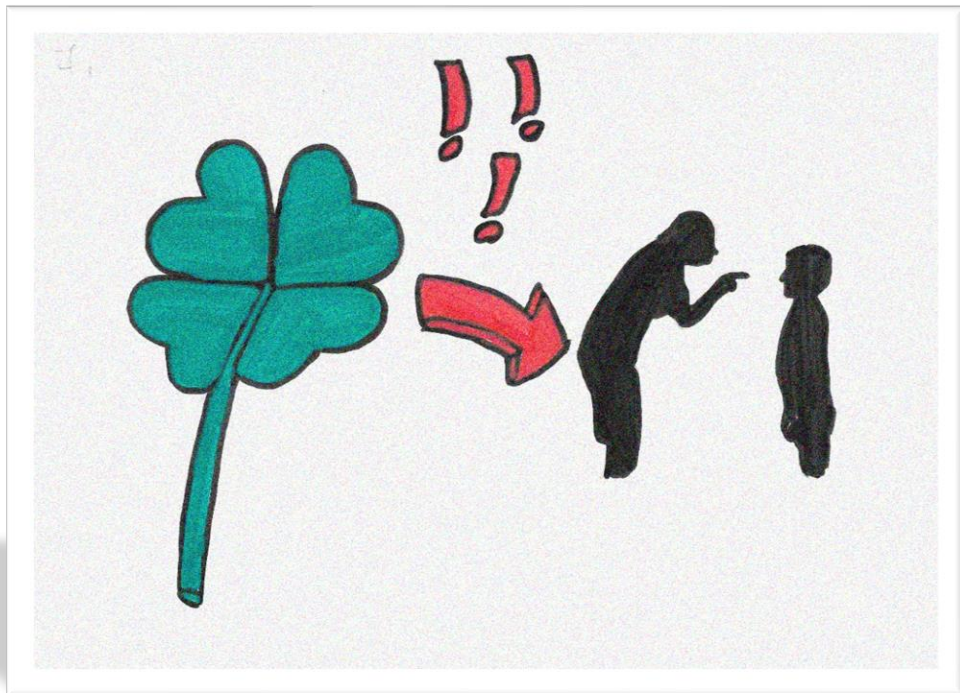
119. Kapo dol! Starši pa rečejo: Kapo takoj nazaj gor!	METAFORA, BESEDNA IGRA	<i>V življenju imamo različne osebe, ki nas tako ali drugače oblikujejo in nam pomagajo.</i>
120. Nekaterim ljudem se hitro zdi, da boga držijo za kocine.	REKLO	<i>Pisatelj meni, da so nekateri ljudje prehitro prepričani v svoj prav in uspeh.</i>
121. Štirje jezdec apokalipse - zahtev: ubogljivost, ustrežljivost, prevzemanje odgovornosti in dokazovanje.	BESEDNA IGRA	<i>Avtor našteje štiri glavne krivce, ki nas izčrpavajo in zaradi katerih lahko izgorimo.</i>
122. dleto , vsak dan v letu	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj pravi, da je potrebno vsak dan nekaj početi in se oblikovati tako ali drugače.</i>
123. Izklopimo se.	NEOLOGIZEM	<i>Pisatelj želi povedati, da se je potrebno včasih umakniti.</i>
124. V ekranske prikaze se potapljamo, ker se bojimo lastnih prikazni.	ANTANAKLASA	<i>Ljudje se zatekamo k televiziji ali smo na spletu, ker se bojimo soočenja sami s sabo.</i>
125. Ko poskušamo pobegniti od sebe nas življenje ustavi.	ANTITEZA	<i>Sami pred sabo ne moremo nikoli bežati, zato je prav, da se s seboj soočimo .</i>
126. Naša absolutna nezmotljivost plapola kot bojni prapor.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Pisatelj pravi, da je naš ponos zelo visok in lahko koga izzove v spopad z nami.</i>
127. Na sodišču vedno zmagajo le odvetniki.	REKLO	<i>Pisatelj se zaveda, da če gremo v spor z nečim ali nekom, da pri tem ni nihče zmagovalec.</i>
128. Namesto sprave predstavimo v šesto prestavo jeze.	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Ljudje smo tako naravnani, da se v odnosu jezo stopnjujemo, namesto da bi se spravili.</i>

129. Maščevanje je mečevanje , v katerem na koncu podležeta oba.	BESEDNA IGRA	<i>Maščevanje ni nikoli prava izbira, ker nikomur ne prinese koristi.</i>
130. Lakmusov tek	SENTENCA	<i>Ljudje mislimo, da moramo kar naprej teči, pa če je to potrebno ali ne.</i>
131. Odpust širokih ust.	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj pravi, da če znamo odpuščati, nas to dela vesele in nasmejane.</i>
132. Odpustiti pomeni nekaj spustiti .	ETIMOLOŠKA FIGURA	<i>Če si ljudje med sabo odpuščamo, smo manj obremenjeni in utesnjeni.</i>
133. Ne izsiljujmo , sodelujmo .	LUCIDNI MISELNI OBRAT	<i>Najboljša stvar med ljudmi je sodelovanje.</i>
134. bremena bremzajo	BESEDNA IGRA	<i>Pisatelj nas svari, da je vso težo potrebno odložiti, saj tako lažje živimo,</i>
135. Življenje v podrejenosti nas potre , ni pa nujno, da nas podre .	APOFONIJA	<i>Ljudje zmoremo živiti v podrejenosti, tudi če to za nas ni najboljše.</i>

5.2.2 Ilustrativni prikaz izbranih miselnih in besednih zvez

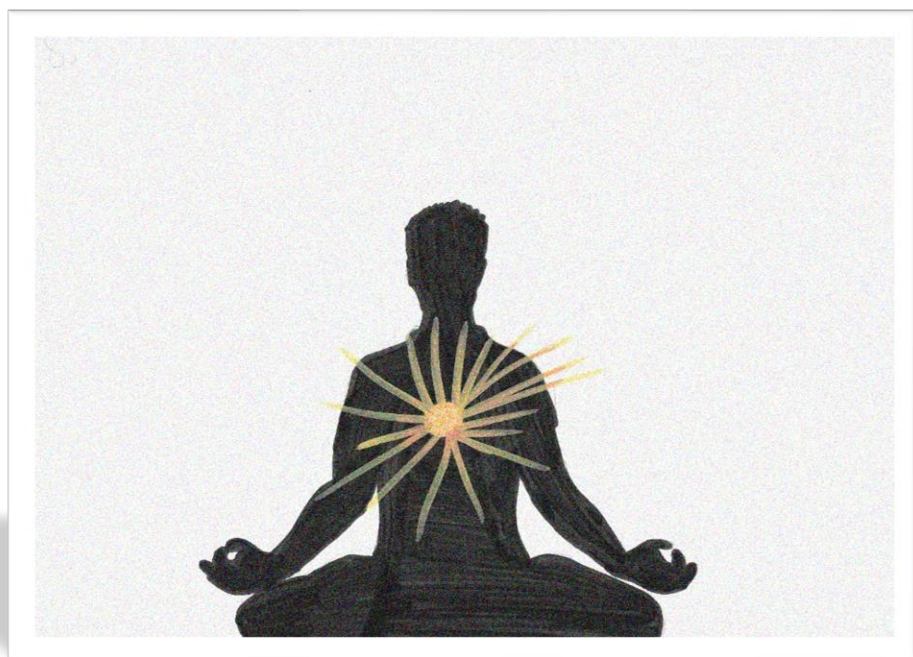
Z naslednjimi zgovornimi ilustracijami, ki jih je ustvaril moj sošolec, sem želel pokazati, da je jezik Bagolovega sporočanja zelo živ, uporaben in razumljiv tudi manj zahtevnemu bralcu oz. mlademu bralcu.

Slika 14: Sreča, ki je prikazen, je kazen.



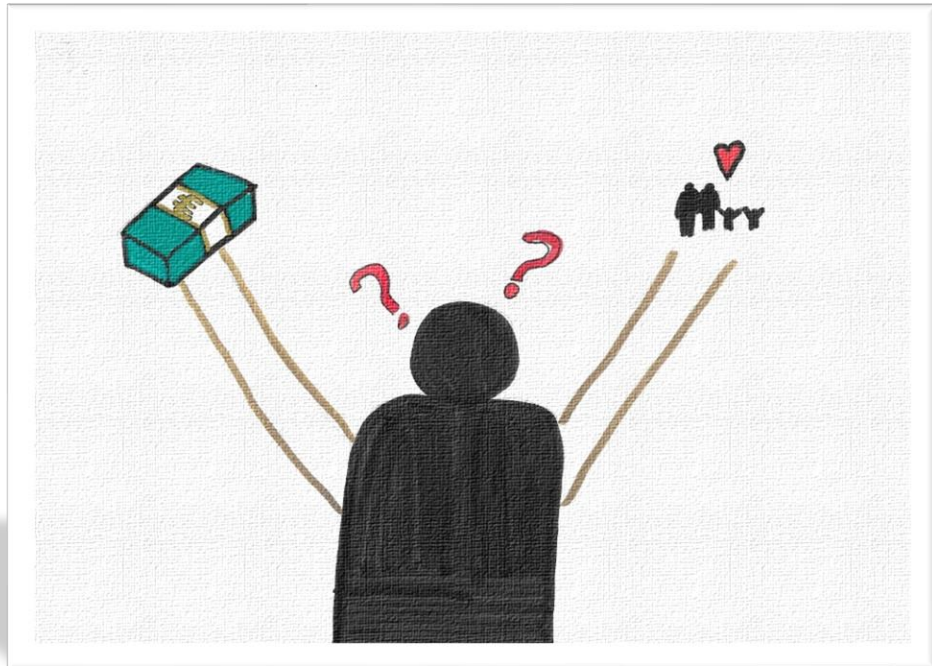
Vir: Erik Hauko

Slika 15: Resnična sreča zahteva resnično srečanje s samim sabo.



Vir: Erik Hauko

Slika 16: Tako kot bomo mislili, si bomo življenje tudi osmislili.



Vir: Erik Hauko

Slika 17: Ko smo v konfliktu, navadno ne padajo konfeti.



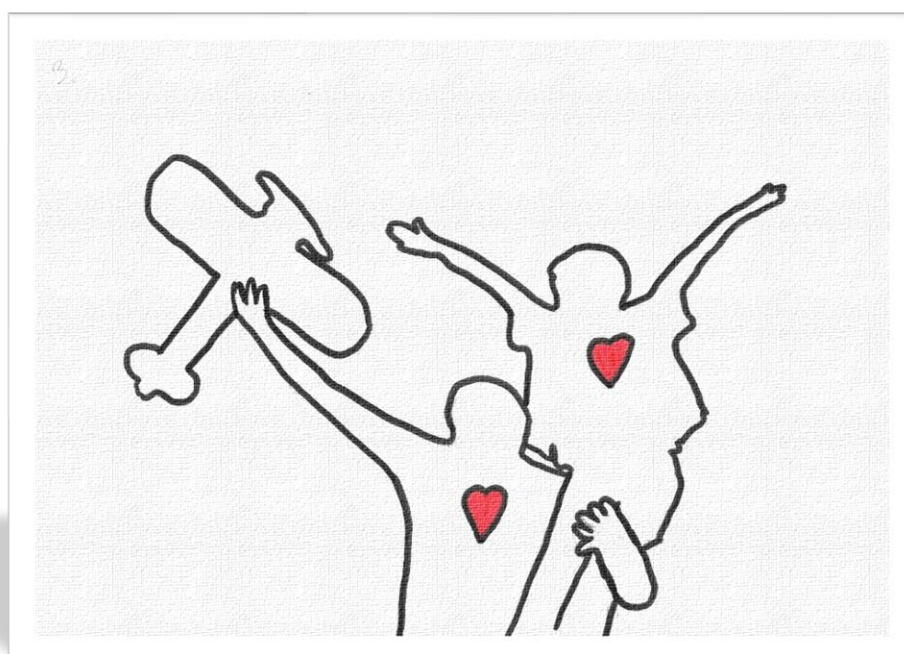
Vir: Erik Hauko

Slika 18: Tiktak je taktika, vsaka sekunda v resnici šteje.



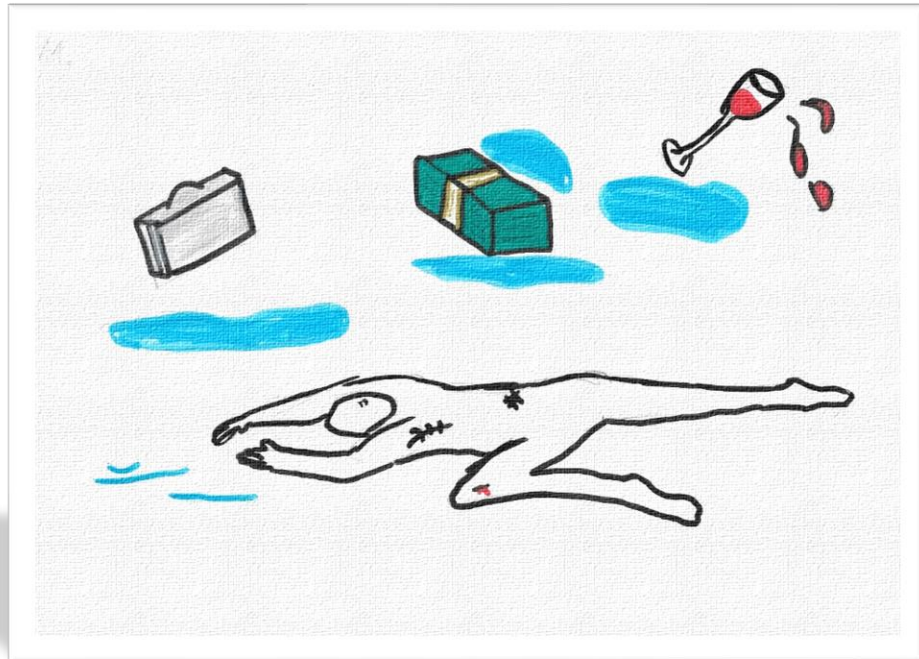
Vir: Erik Hauko

Slika 19: Preveč se ukvarjamo s tem, kar nam manjka, in premalo smo hvaležni za vse, kar imamo..



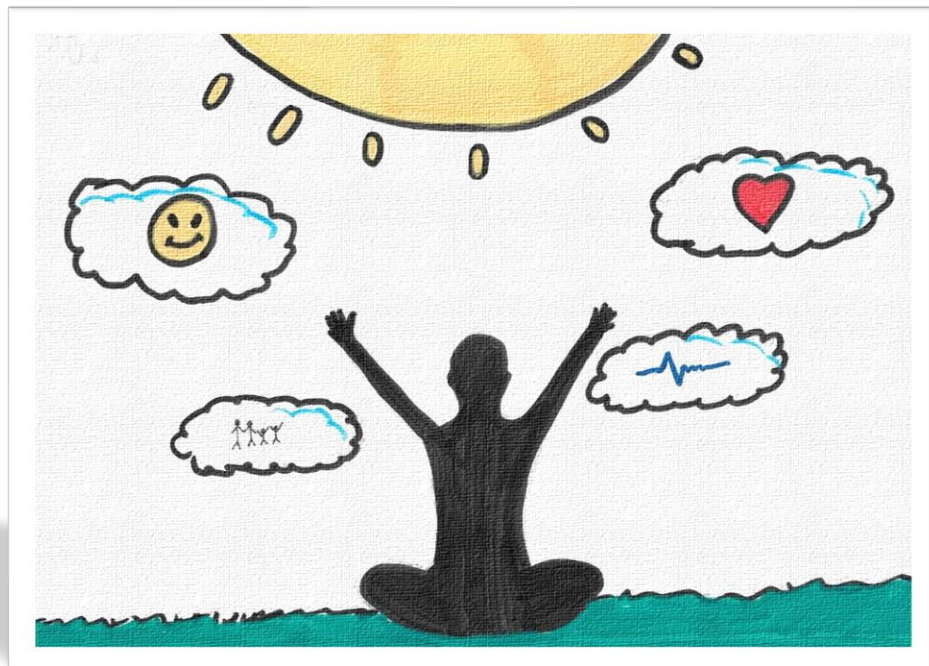
Vir: Erik Hauko

Slika 20: Mora nam biti mar zase, saj bo sicer življenje mora za vse.



Vir: Erik Hauko

Slika 21: Bodimo hvaležni in sami sebi manj nadležni.



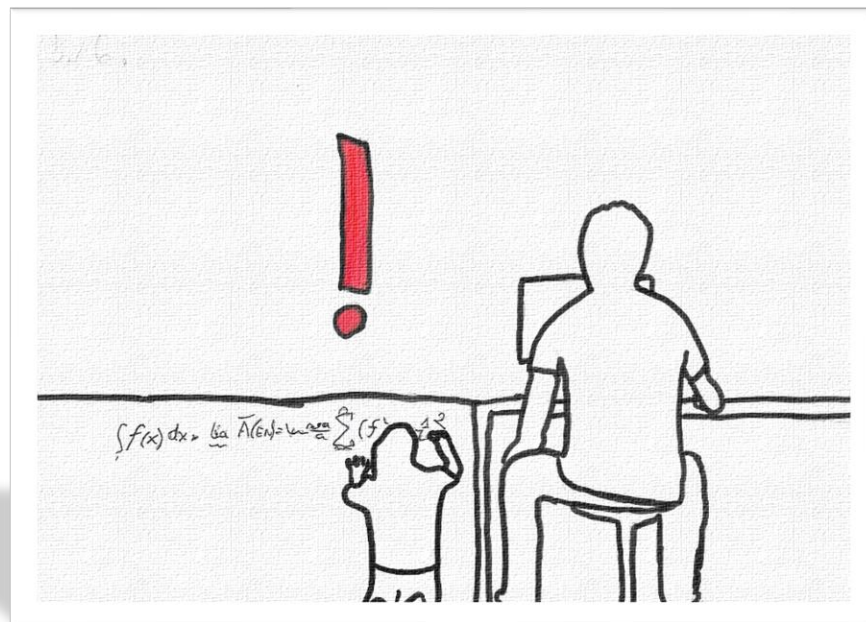
Vir: Erik Hauko

Slika 22: Zaradi ponosa velikokrat dobimo po nosu.



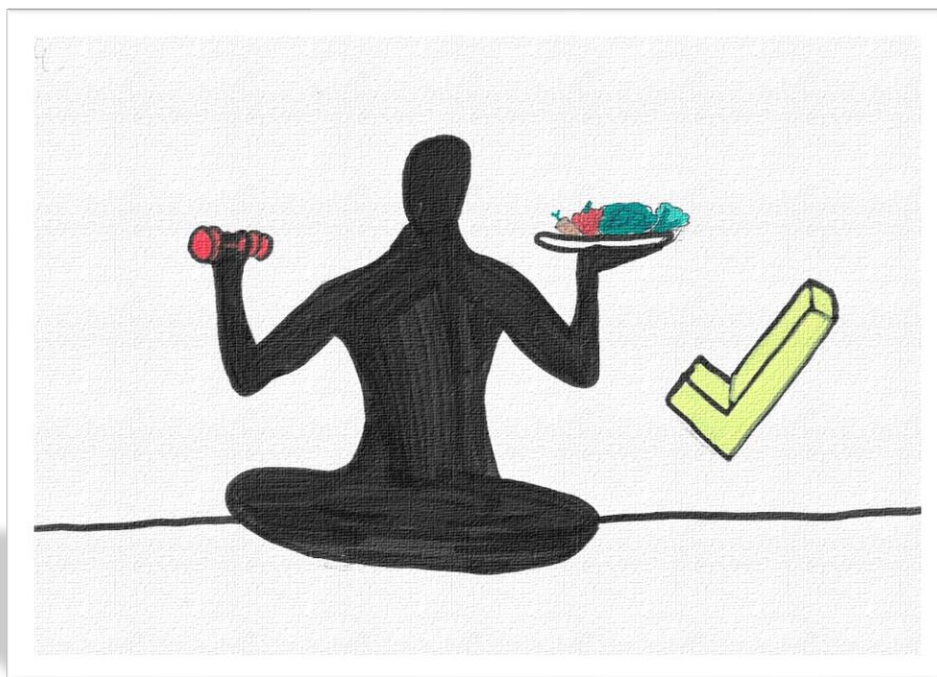
Vir: Erik Hauko

Slika 23: Otroku ne pripravljaj poti, ampak ga pripravi za pot.



Vir: Erik Hauko

Slika 24: Če misliš kot žrtev, živiš kot žrtev.



Vir: Erik Hauko

5.2.3 Moje ugotovitve ob izpisu, določitvi in razlagi besed, besednih in miselnih zvez

Ko sem preletel in seštel literarnovedne figure, sem ugotovil, da je **največ lucidnih miselnih obratov (30 od 135)**, iz česar sklepam, da je Bagola človek hitrih misli in širine duha. Njegov duhovni in ustvarjalni svet je zelo velik, v miselnem procesu je zelo ustvarjalen, spretno zna povezovati življenjske zgodbe in jih ubesediti. Bagola premore bogat besedni zaklad, zato se lahko z besedami igra, jih preobrača, povezuje na novo, kar se kaže **v velikem številu besednih iger (23 od 135)**. Sklepam, da je k tej razgibanosti veliko pripomoglo dinamično otroštvo, ko je veliko časa preživel med ljudmi, ki so si znali pripovedovati zgodbe in te si je kot otrok vtisnil v spomin in z njimi rasel. V intervjujih, ki sem si jih ogledal, in tudi v knjigi, velikokrat poudari, da so ga knjige doma spremljale na vsakem koraku; bral je oče, brala sta dedka ... Zaradi tega besednega bogastva je tudi sam mojster povezovanja in izpeljevanja različnih besed, saj ugotavljam, da je med izpisanimi besednimi zvezami **veliko etimoloških figur (23 od 135)**. Ker je Bagola poslovni človek, bi sklepal, da ga pritegne predvsem moderna tehnologija in ekrani. Vendar v knjigi prizna, da tehnologija človeka okupira, preveč zaposluje in mu krade miselno in čustveno svobodo, kar pa krade tudi osebno svobodo in pravo doživljanje stvari in

oseb v življenju. Temu lahko pritrdim, saj sem med izpisanimi izreki naletel na kar velik delež **sentenc (13 od 135)**, kar pomeni, da se pisatelj naslanja na številna znana dela in mislece (A. de Mello, Voltaire, Sveto pismo, Einstein ...), ki jih v svoji knjigi citira.

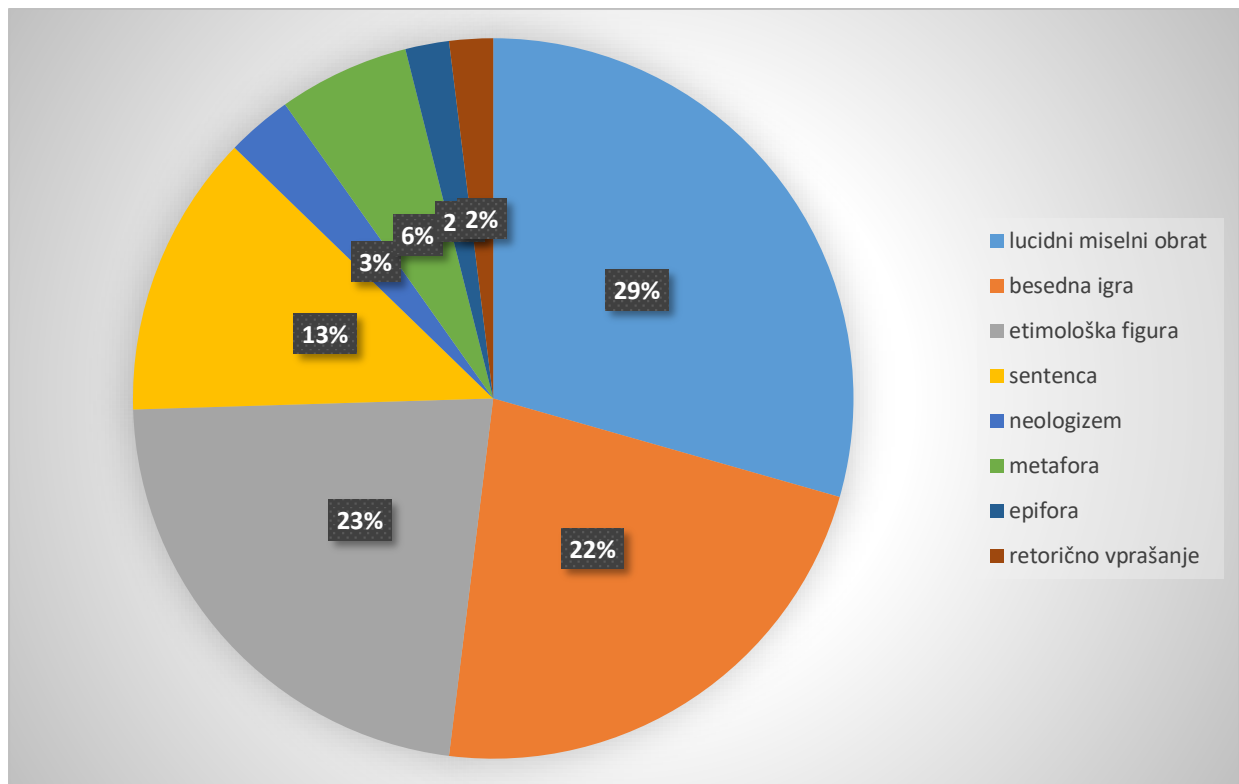
Preseneča me ugotovitev, da sem med izpisi naletel na **majhen delež neologizmov (3 od 135)**, **metafor (6 od 135)**, **epifor (2 od 135)**, **retoričnih vprašanj (2 od 135)**, iz česar sklepam, da je Bagola jassen in neposreden v svojem razmišljanju in zapisovanju tega. Je ustvarjalec, ki ga sodobni hitri tempo in nova tehnologija ne posrkata tako močno, kot sem na začetku raziskovanja pričakoval. Bagola se rad naslanja na svoje življenje in iz njega črpa dobre stvari in na njih gradi dalje svojo osebno rast.

Ob razlagi izpisanih besednih zvez sem precej dobro razumel, kaj želi z njimi Bagola povedati, je pa mi bilo seveda to težje spraviti v besede in zapisati urejeno poved. S to razlago sem se ukvarjal kar veliko časa in pri tem mi je občasno priskočila na pomoč tudi mamina miselna podpora.

Ilustracija izbranih izpisanih besednih in miselnih zvez je dokaz razumljivosti Bagolovega sporočila med mladimi.

Zares ponosen sem na sošolca Erika, ki je zelo spretno naslikal izbrane besedne in miselne izreke in s tem potrdil mojo ugotovitev, da je Bagolova knjiga razumljiva in funkcionalna, da lahko njegove misli razumemo na svoj ustvarjalen način. **Erikove ilustracije so dokaz, da je knjiga življenjska, saj ga je na njemu lasten način nagovorila in prepričan sem, da lahko nagovori mnoge bralce, ki bi morda v njej iskali samopomoč za svoje duševno zdravje.**

Graf 1: Delež izpisanih besednih in miselnih zvez



6 INTERVJU Z ALJOŠO BAGOLO

Zelo vesel in počaščen sem bil, ko je g. Aljoša Bagola privolil v mojo prošnjo, da sem lahko z njim opravil izčrpen intervju. Pozitivno sem bil presenečen nad njegovim hitrim odzivom in zelo izčrpnimi odgovori, ki mi jih je posredoval preko zelo urejenega zvočnega zapisa. Posnete odgovore sem seveda dosledno spravil v zapisano obliko pod ustrezna vprašanja, ki sem mu jih zastavil. V intervjuju sem mu zastavil 18 vprašanj.

Slika 25: Aljoša Bagola danes



Vir: (<https://www.love-hr.com/aljosa-bagola/>)

Spoštovani g. Aljoša Bagola!

Sem Tin Šaruga, učenec 8. c razreda OŠ I Murska Sobota. V letošnjem šolskem letu bi rad izdelal raziskovalno nalogo na področju slovenščine. Že lani me je nagovorila Vaša knjiga Kako izgoreti in vzeti življenje v svoje roke, saj jo je z velikim zanimanjem brala moja mama in jo posojala tudi svojim kolegicam. Začel sem jo listati in ugotovil, da je jezik v njej zelo igriv in pomenljiv, zato je bila odločitev za raziskovanje Vaše knjižne uspešnice povsem lahka. Z mojo idejo se je strinjala tudi mentorica Milena Mohorko in mi predlagala analizo knjige z vidika besedišča, ki je v knjigi zelo bogato in ima močno sporočilo.

Upam, da Vas tovrstna analiza Vaše prve knjige ne bo motila in Vas vljudno naprošam, da mi odgovorite na sledeča vprašanja.

Iskrena hvala za Vaš prispevek k mojemu delu

1. Kateri so po Vašem mnenju najučinkovitejši pristopi k obvladovanju stresa in preprečevanju izgorelosti med ljudmi, ki so zelo vpeti v službeno, družbeno, študijsko in družinsko življenje, da do izgorelosti ne bi nikoli prišlo?

Pomembno se mi zdi, da ozaveščanje o duševnih stiskah in o prekomernem stresu dosega vse večja občinstva in tako znajo ljudje prepoznati določene simptome, razumeti določene vzgibe in to je prvi korak - OZAVEŠČANJE. Pri tem je pomembno tudi razumeti, da obstaja tudi pozitiven stres, torej območje našega delovanja, kjer se počutimo živi, kjer delujemo na področju svojega poslanstva, v okviru nekih optimalnih zmogljivosti in jaz pravim, da je področje zdravega stresa 10 odstotkov nad našimi trenutnimi zmoglostmi, tako da mora vsak paziti pri sebi na resnejše opozorilne znake kot so: POTRTOST, SLAB SPANEC, ODVISNOSTI OD DRAŽLJAJEV (telefonov, igrice, pornografije, prekomernega hranjenja). In če so te stvari prisotne, je to seveda razlog za obisk zdravnika, psihologa in ustreznih strokovnjakov.

2. Ali menite, da se da tudi v današnjem hitrem svetu ohraniti ravnovesje med delom in zasebnim življenjem?

Ja, mislim, da se da ravnovesje dobro ohranjati. Jaz v svoji prvi knjigi zapišem, da se recept za ravnovesje oziroma za ravnotežje skriva že v besedi sami. Za ravnotežje nam mora namreč za kaj včasih biti ravno, če ne, nam bo samo še težje in včasih nam mora biti ravno za to, kar si drugi mislijo o nas, kaj vse drugi pričakujejo od nas in zato, kot pravim, moramo zapustiti območje te pridentitete, kot jo imenujem, ker smo v prizadevanju, da drugim ostrežamo pridni, pohlevni in izvršujemo vsa navodila in vse ukaze brez da bi se posvetovali s samimi sabo.

3. Kdo oz. kaj Vas je nagovorilo k zdravljenju izgorelosti skozi tako obsežno pisanje?

Zdi se mi, da stiska ne stika za našo bolečino, ampak za našo veličino in tako se v najtemnejšem obdobju življenja pogosto aktivira kakšen naravni vzgib in pisanje bodisi dnevnika, bodisi občutij, bodisi poezije ali proze je tak vzgib, ki je samohranitvene narave. Ko ljudje pretopimo svoja čustva v besede, jih zapišemo na list papirja, na računalnik, telefon ali kakor koli že, lahko s tem vzpostavimo določen odnos, ugotovimo, kaj točno nas daje. In pogosto, ko si v glavi pletemo tisoče misli, ne ugotovimo, kaj je lahko resničen vzrok. In tako je bilo tudi v mojem primeru pisanje zelo terapevtsko in ta oblika spoznavanja sebe mi je zelo koristila tudi ob vzporednem procesu psihoterapije in premagovanje izgorelosti.

4. Kdaj je bilo tisto ključno spoznanje ali trenutek, ki Vas je pripeljal do tega, da ste se odločili uvesti se za pisalno mizo?

Čisto na začetku sem bil v res hudi, pogubni stiski in takrat je vsaka celica tvojega telesa prepojena s smrtnim strahom, ali boš zmogel. In to ne iz dneva v dan, ampak dobesedno iz minute v minuto. In spomnim se, da sem guglal, komu se je že kaj podobnega zgodilo, komu uspešnemu, komu, ki ga občudujem in zanimivo, gugl ni znal postreči z nobenim rezultatom in takrat sem si zaprisegel, da ko bom malo bolje, bom začel pisati o tej izkušnji. Tako sem svoje sicer tudi strokovne kolumne v Marketing magazinu kmalu preusmeril v to terapevtsko pisanje. Odziv javnosti je bil hipen, močan in dovolj navdušujoč, da mi je potrdilo, da je to prava smer.

5. Ali ste med pisanjem knjige odkrili kakšne presenetljive ugotovitve oz. rešitve za spopadanje z izgorelostjo?

Zagotovo, kot pravim, je pisanje nastavljanje ogledala samemu sebi, hkrati pa tudi pogled v širše mehanizme in ustroje tega, kaj smo kot ljudje, kako smo med sabo tudi povezani. In pri pisanju te vodi neka, kot nevidna roka in da si zgolj kot medij, ki prenaša sporočila, ki štejejo, ki so pomembna, ki so univerzalna tudi v spopadanju drugih oblik izzivov in preiskujenj. Zato je priti do takšnih spoznanj, kako se lahko izmažeš iz tega hitreje kot se ti zdi, da ne tičiš v vlogi žrtve, da ne tičiš te zastore tvoje psihe in nezavednega, ki ti pogosto zastirajo pogled na najpomembnejšo stvar. In to je, zakaj deluješ, kot deluješ, zakaj misliš na načine, kot misliš in potem se dokoplješ do teh štafetnih impulzov, dedovanih vzorcev, ki ti tako grenijo življenje ter jih začneš korak za korakom spoznavati, z njimi upravljati in jih učinkovito preobraziti.

6. Kaj bi svetovali ljudem, ki se trenutno borijo z izgorelostjo? V kolikšni meri in komu lahko pisanje pomaga k zdravljenju te sodobne bolezni?

Jaz mislim, da pisanje dnevnika kot praksa zagotovo pomaga pri spopadanju z raznoraznimi oblikami stisk ali stanj in zato je to nek inštrument, ki ga ljudje lahko uporabljajo intimno, se pravi, da se ne že prej omejit ali onesposobit s prepričanjem, da, jo, j jaz pa ne pišem tako dobro kot Aljoša, jaz ne morem izdati knjige ... Pisanje je vedno zelo osebna stvar in tudi sam pravim, da sem v tem oziru vsaj pri prvi knjigi bil zelo egoistični pisec, saj sem predvsem pisal za samega sebe, vse ostalo pa je bilo posledica. Svetoval bi še, da se ne pustijo prestrašiti z zgodbami, ki so lahko zelo krute, zelo neprizanesljive. Ljudje smo po naravi opremljeni z veliko mehanizmi in ta prva pomoč, h kateri se lahko zatečemo, je prepričanje, da zmoremo, da nismo prvi, ki se nam je to zgodilo, da nismo tisti, ki bodo na tem izpitu pogrnili, ampak da si dovolimo, da sočutno, ljubeče, razumevajoče, korak za korakom okrevati.

7. Kako ste pri svojem lastnem procesu spopadanja z izgorelostjo prišli do rešitev, ki so zdaj del Vaše knjige in ki mnoge bralce nagovarjajo?

Ja, kot sem že omenil, je kombinacija psihoterapije, potem mojega lastnega pisanja in po pol leta bolniškega staleža in nato še treh let dela v oglaševalski agenciji, kjer sem začel zamejevati dostop do sebe, nisem se več razdajal kot sem se prej, začel sem postavljati meje. In to je bila kombinacija, ki je temelje mojega okrevanja dovolj trdno zacementirala, da so bili potem moji koraki naprej lažji, z več vere vase, a je bilo okrevanje še vedno postopno, mukotrpno in dolgotrajno, je pa prineslo ogromno novih spoznanj.

8. Kako pomembna je podpora bližnjih pri premagovanju bolezni ravno skozi pisanje?

Ja, zelo zelo pomembna. Oni so navdih, da se boriš, vztrajaš, se vklopljaš v vsakdanji tok. Že nasmeh, spodbuda, objem dajejo moč in potem lažje vstaneš, vidiš smisel, se prepustiš toku, ki te počasi pelje dalje. Domači te ne pustijo nikoli pri miru in to je na svoj način zelo dobro, da ne obstaneš, da si v pogonu. Začneš se ponovno zavedati, da si pomemben, da te potrebujejo.

9. Ali mislite, da lahko uporaba besednih iger in anagramov pomaga bralcem pri razumevanju kompleksnih situacij, povezanih z izgorelostjo?

Zagotovo je kreativnost orodje, ki nam pomaga pravzaprav obnoviti vero vase, saj preko kreativnosti pridemo v stik z našim lastnim bistvom in ta vznik ustvarjanja je v vsakem izmed

nas, a na žalost si stik s to pomembno življenjsko silo ljudje skozi odraščanje omrtvičimo, če nam ga že prej ne prepovejo drugi. Utrujeni starši nimajo časa za vsa radovedna vprašanja otrok in otroci tako radovednost postavijo na stranski tir. V šolah je v ospredju še vedno pomnenje in potem predstavitev tega, koliko si si zapomnil v obliki testov in vprašanj. Zagotovo pa je premalo kreativnosti in zato mi je bilo zelo navdušujoče, ko so ljudje v svojih vtisih o moji knjigi zapisali ali mi tudi sami poslali svoje lastne premetanke in svoje lastne domislice v smilu, glej, kako sem jaz to besedo obrnil in ta demokratizacija kreativnosti, ki je bila zgolj neka kolateralna korist moje knjige, je zelo pomembna v tem oziru, da pokaže, kako je ustvarjalnost naša ključna sopotnica in pogosto tudi zaveznica ne le pri premagovanju kakšnih ovir, ampak v življenju na sploh.

10. Kako ste se lotili procesa pisanja, ko ste se odločili, da boste uporabili tovrstne literarne elemente? Ste imeli pri nastajanju knjige določen pristop oz. pisno strategijo?

Posebnih kvalifikatorjev si nisem zadajal, jaz sem bil takrat že izurjen pisec in izmojstren pripovedovalec zgodb, sicer marketinških, oglaševalskih zgodb, ampak sem vedno znal slediti dramaturškemu loku, dramski strokturi, ki je zelo pomembna za podajanje vsebine in ker mi je bilo to lastno, se nisem posebej ukvarjal z neko posebno vizijo ali strokturo. Se pravi, pisal sem z občutkom za zgodbo, z občutkom za podajanje vsebine, mogoče tudi zaradi razumevanja neke sodobne potrpežljivosti in časa pozornosti, ki ga ljudje lahko namenimo dandanes. V vsebini sem uporabljal tudi veliko mednaslovov, ki so bili besedno bogati in nepričakovani, zato sem te trnke za pozornost bolj gosto nametal v smislu tega, da sodobnemu bralcu olajšam potovanje skozi knjigo.

11. Kako ste usklajevali uporabo besednih iger z resnostjo in zahtevnostjo teme izgorelosti v svoji knjigi?

Besedne igre se mi ne zdijo neresne in nezahtevne. Če nosi knjiga neko težo življenjske iskušnje, ki ni prijetna, ki je ne bi privoščil nikomur, so besedne igre bolj kot element rahljanja tega, zgolj vznik moje ustvarjalnosti, moje esence, mojega bistva in zato predstavljajo svobodno igro pri ustvarjanju. Svobodna igra je pomemben koncept tudi za vas, sodobne mlade, ki ste prepojeni z dražljaji digitalnega sveta do te mere, da krni smisel, da kopni motivacija. Zato je svobodna igra brez pravil, brez zahtev po nekem učinku, po oceni, po tem, da pridobimo naklonjenost ali pohvalo koga drugega, zelo pomemben sestavni del naših življenj.

12. Ali menite, da so besede in jezik močno zdravilo za zdravljenje človekove duše?

Absolutno! Že veliki psiholog oziroma psihoanalitik Sigmund Freud je pravil, da imajo besede magično moč in da prinašajo stik z neko čarobnostjo. Njegov kolega Carl Gustav Jung je besedam in simbolom namenil osrednje mesto v svoji psihologiji in preko tega pridemo v stik z najglobljimi značilnostmi tega, kar smo kot ljudje. Torej z arhetipi, ki vladajo našemu nezavednemu, ki nas tudi nezavedno povzujejo in nas pogosto imajo tudi v lasti, saj nas s svojo močjo nadvladajo. Prav zato je zgodovina neka zapuščina nekih čarobnih izrekov, ki fascinirajo še dandanes v pravljicah, kot so Harry Potter in podobne, nekaj, kar ima še vedno moč in je pomembna zapuščina. Zato uporaba besed znatno doprinese k okrevanju. Besede se vedno začnejo v glavi, v obliki misli in zato tudi način, na katerega se pogovarjamo s samim sabo, šteje pri tem, kako hitro bomo okrevali. In če je v naši glavi zgolj narator, gnjavator, kot mu

pravim, tisti, ki nam prišepetava samo težke, neprijetne misli, bomo seveda toliko težje ravnali in čutili na bolj izpolnjujoče načine.

13. Glede na to, da niste po svoji stroki ne književnik in ne psiholog, med katera dela bi uvrstili oziroma klasificirali Vaše delo?

Ja, po svoji stroki sem diplomirani kumonikolog, torej družboslovec, ki pa ima veliko stika z mojstrstvom na področju kreativnosti, nisem pa ne književnik in ne psiholog kot pravite. In moja dela Založba Mladinska knjiga uvrsti glede na vsebino, prva knjiga je tako recimo uvrščena med leposlovje, ker gre za avtobiografsko pripoved, druga knjiga (Srečo prosim) pa je uvrščena med priročnike, ker ima še več vsebin, podanih na način, značilen za priročnike. Recimo zbrane misli iz knjižice Misli so pa tudi razvrščene med leposlovje.

14. Že mladi opažamo, da v poslovni in žal tudi vsakdanji virtualni svet svoje lovke vse bolj steguje angleščina, kaj menite, ali se moramo bati za naš jezik?

Mislim, da se nam ni potrebno bati za naš jezik, za našo identiteto, čeprav zgodovinsko okoli nas obstaja nek apetit po naši kulturi, po tem, da bi nas večji požrli, nas uničili, si nas polastili. In ta neka trda koža našega naroda se odraža tudi v čudovitem jeziku, ki ga imamo in jezik se ohranja s tem, da ga govorimo, da ga pišemo, da ga živimo, da ga čutimo in če se ne pustimo vsakič prelisičiti z virtualnimi, vse bolj piktografskimi oblikami kot so čustveniki, giffi in z vsemi temi vizualnimi redukcijami, je naš jezik lahko bogat. In tudi sam sem vesel in ponosen, da lahko ustvarjam v njem, da si lahko izmišljujem nove besede, torej da lahko tvorim neologizme in se igram.

15. Ali menite, da lahko naš lepi slovenski jezik peščice ljudi kljubuje svetovnim jezikovnim velesilam, kot so angleščina, nemščina, francoščina, španščina ...?

Zagotovo je vsak jezik poseben in ima svojo obliko izgovorjave, ki zatrese zrak čisto po svoje. Recimo, eden meni najlepših jezikov je zato portugalščina, ker je tako zelo spevna in slovenščina ima tudi lep zven, veliko vokalov in je komot v tem smislu žlobodranja kos marsikateremu velikemu jeziku. Zdaj sem bral svojo prvo knjigo, prevedeno v angleščino, in ko sem videl, kako se je mogel prevajalec tudi z mojo pomočjo potuditi zaradi raznih besednih iger, ki sva jih morala zamisliti na novo ali zasnovati precej drugače, vidim, da naš jezik komot stoji ob boku naštetih.

16. Vaše korenine so v Prekmurju. Ali je morda naše narečje, naše besedno izročilo, tisto, ki Vas še posebej nagovarja k bogatemu besednemu izražanju v slovenskem jeziku?

Ja, prekmurščina je jezik z bogato slovnico, z izdatno okrepljenim in prezentnim slovarjem in njen zven je zelo poseben. Zelo jo je populariziral Vlado Kreslin, z vsemi odenki in nijansami prekmurščine v svojih skladbah in jo je zelo prepoznavno ponesel med ostale Slovence. In Prekmurci smo nek unikum, zgodovinsko so se nas vsi nekako otepali, kar se tiče ostalih v Kraljevini Srbov, Hrvatov in Slovencev, a potem smo se le uspeli udomaćiti in zadržati to prekrasno prekmurščino.

17. V čem je ključ in moč slovenščine, da obstoji?

Ja, Primož Trubar je zapisal stati in obstati. In ko so vrednote naroda nekako vkoreninjene, je zdravo, da si prizadevamo za rast, za napredek, za ustvarjanje in potem vse to ostale stvari potegne le za sabo. Tako jezik, v katerem se izražamo in sodelujemo, tako gospodarstvo, ki uporablja komunikacijo, da svoje izdelke oziroma storitve približa ljudem, tako ljudje, da izrazijo svojo stisko, negodovanje ali neodobravanje s politiko ali po drugi strani, da izrazijo svojo ljubezen, pripadnost, moč ali nežnost v odnosu z najbližjimi in tako je pač jezik neko krvožilje naše psihologije, ki pač telo naše identitete obogati s kisikom, z vsemi potrebnimi surovinami za življenje.

18. Prosim, opišite na kratko glavno sporočilo Vaše prve knjižne uspešnice. Se to sporočilo kaže tudi v zelo »jezičnem« slovenskem jeziku, s katerim suvereno stopate med visoke gospodarstvenike in poslovneže?

Ja, mislim, suvereno sem med visokimi gospodarstveniki in poslovneži deloval ves čas v svoji oglaševalski karieri in knjiga je pravzaprav nek labodji spev, saj se mi je izgorelost zgodila na vrhucu mojih uspehov, ko sem bil na piedestalu dobivanja nagrad, nizanja dosežkov in tako dalje. Tako da je glavno sporočilo moje prve knjige to, da vedno obstaja upanje, da je vredno, če smo pripravljeni opraviti to trdo delo razkrinkavanja svojih vzorcev, spoznavanja sebe in priznavanja si marsikaterih lastnosti, za katere mislimo, da jih nimamo. Tisto, kar nas pripelje potem do nagrade, ki lahko z besedami Carla Junga spet rečemo raziskano in izpolnjeno življenje. Ker naša naloga je, da postanemo celoviti, se zaelimo, živimo celovitostno in to zahteva sprejemanje tako dobrih kot slabih strani življenja.

6.1 Analiza intervjuja

Skozi odgovore sem izvedel marsikaj zanimivega in uporabnega zase in tudi življenje soljudi. Pisec je vesel, da ljudje danes prepoznavamo znake izgorevanja, saj je o tem veliko ozaveščanja. **Omenja tudi zanimiv pozitiven stres, ki je 10 % nad našimi zmognosti in nas ohranja v pogonu.** Bagola je prepričan, da je ravnovesje med službo in privatnim življenjem povsem mogoče in v nas celo ohranja ravnotežje, ker **nam mora biti včasih za kaj ravno.** Zanimiv se mi je zdel odgovor, v katerem piše, da **knjiga ni nastala iz stiske, temveč iz veličine, ki je bila v njem** in se je v najtemnejšem obdobju aktivirala. On je samo čustva pretopil v besede in tako je nastalo **terapevtsko zdravljenje samega sebe.** V stiski je iskal pomoč na spletu, vendar je ni našel, zato se je odločil, da bo sam o tem nekaj napisal. **Odziv javnosti je bil hipen** in to mu je dalo potrditev, da gre v pravo smer. Bagola pravi, da **je pisanje nastavljanje ogledala samemu sebi in da lahko zase pišemo vsi,** kot recimo kakšen dnevnik, in tako pridejo na površje različne, tudi krute zgodbe, s katerimi **se očistimo in okrevamo po korakih.** Zanj je bilo pisanje učinkovito ob psihoterapiji, bolniškem staležu in delu, kjer se je zavestno učil postavljati meje drugim in to mu je prineslo ogromno novih spoznanj, s katerimi se je oborožil za življenje. Pri okrevanju **so mu bili v veliko pomoč najbližji s svojo prisotnostjo, zahtevami in ljubeznijo.**

Iz odgovorov sem izvedel, da **je kreativnost orodje, ki je v vsakem izmed nas in pomaga obuditi vero vase, ki se skozi šolanje in življenje omrtviči**. Pri pisanju ni bil zahteven, pač pa je sledil samemu sebi, saj je bil za najrazličnejše zgodbe že v službi izurjen in je pisal kolumne. Enostavno **je pisal svojo zgodbo, ki pa jo je bralcu olajšal tako, da je vmes nametal podnaslove kot trnke za pozornost**. Pravi, da so besedne igre element njega samega in njegovega bistva oz. esence in so svobodna igra ustvarjanja. To bi moralo biti pomembno tudi v življenju mladostnikov. Bagola trdi, da imajo besede magično moč že od nekdaj in so stik s čarobnostjo in najglobljim, kar smo ljudje. V odgovorih je potrdil tudi mojo veliko željo, saj **Založba Mladinska knjiga njegovo knjigo uvršča med leposlovje, saj gre za avtobiografsko pripoved**.

V nadaljevanju mi je povedal, da **se ne boji za naš jezik, ker smo Slovenci trdoživi in to se kaže tudi v čudovitem jeziku**. Moramo ga ohranjati in **se ne prepuščati virtualnim užitkom in piktografskim oblikam, ki jezik siromašijo**. Sam nase je ponosen, ko jezik govori in se z njim igra v besedah. Trdi, da **je naš jezik speven, ima lep zven in se lahko kosa z drugimi velikimi jeziki, saj je besedno zelo bogat**, kar je sam izkusil, ko so to njegovo knjigo prevajali v angleščino in je moral kakšen izraz dodatno ali na novo pojasnjevati. Pisec, po rodu Prekmurec, **obožuje zven prekmurščine in njen bogat slovar**. Pravi, da jo je skozi pesmi povzdignil rojak Vlado Kreslin in jo ponesel med Slovence. **Prekmurci smo nekaj posebnega, ker smo se skozi zgodovino, ki se nas je ogibala, uspeli ohraniti in obdržati svojo prekmurščino**. Pisec pravi, da se za slovenščino moramo truditi in jo razvijati skozi sodelovanje, da izražamo svojo stisko ali ljubezen, pripadnost in **da je jezik kot kisik naše identitete**. Za knjigo pravi, da **je labodji spev njegovega življenja in ustvarjalnosti**. Njeno glavno sporočilo je, da **vedno obstaja upanje, da se je vredno soočiti s sabo in svojimi vzorci**. S knjigo je našel svoje izpolnjeno življenje in se zacementiral, **postal je celota**, ta pa je lahko vedno le iz dobrih in slabih strani življenja.

7 ZAKLJUČEK

Še preden sem sploh razmišljal o raziskovalni nalogi, sem se po naključju srečal s knjigo, ki me je kasneje vsebinsko in oblikovno zares nagovorila. Kaj je sploh izgorelost, sem se spraševal, ko sem med odraslimi in na spletnih omrežjih pogosto naletel na ta izraz, vendar ga iz raznih drobcev nisem znal povezati v zame razumljivo celoto. Z radovednostjo in raziskovanjem sem prihajal do novih in novih podatkov, da sta izčrpanost in izgorelost narasli v korona času, ko smo bili v izolaciji in da ju danes ni nič manj. Da je resno duševno stanje, ki ga je veliko med mladimi, v času šolanja. Duševno zdravje je tudi lanska in letošnja tema šolskega parlamenta, kar pomeni, da se temu polaga kar veliko pozornosti in se mlade ozavešča o tej nevarni bolezni. Kar sama po sebi se mi je doma ponujala mamina črno-rumena knjiga, ki me je vabila, da zagrizem vanjo. In res sem jo začel brati. Na začetku zgolj iz radovednosti in pasivno, v nadaljevanju pa vedno bolj zagreto in uporabno. Hitro sem ugotovil, da je vsebina zelo osebna in da pisec piše iz svojih doživetij, da piše zelo zgovorno, iskreno in prepričljivo, da ničesar ne prikriva, čeprav je velik poslovnež. Kdo je Aljoša Bagola? Poguglal sem in že sem našel podatke ... raziskoval sem dalje ... Raziskoval sem, čeprav ne načrtno in poglobljeno. Tega sem se lotil kasneje, ko me je po naključju k isti vsebini dodatno pritegnila še učiteljica, ki je knjigo brala in se ji je zdela zanimiva z vidika besedišča.

Sprejel sem izziv, naredila sva načrt in lotil sem se dela, ki je bilo precej obsežno. Že v oktobru sem se ponovno zakopal v knjigo in si začel izpisovati zanimive in na nek način povezane besede in besedne zveze. Za intervju sem poprosil tudi samega avtorja, ki se je vljudno odzval in odgovoril na vsa moja zastavljena vprašanja. To mi je dalo dodatno potrditev, da je pisec pravi tip in da v knjigi ni lagal in nakladal, ampak se je res skozi pisanje zdravil in iskal sam sebe. Povrh vsega pa so bralci pograbili knjigo, saj so jo verjetno potrebovali, da jih pomiri in nudi pomoč.

V nadaljevanju me je zanimalo, kako moji vrstniki razumejo vsebino. Sošolca, ki likovno zelo dobro ustvarja, sem izzval, naj mi ilustrira izbrane izpisane Bagolove misli. Ustvaril je čudovite ilustracije, ki so bile zame še ena potrditev, da je knjiga razumljiva tudi mlajši generaciji in tako primerna za leposlovno ali terapevtsko branje, povrh vsega pa je tudi avtor tisti, ki že vizualno in poklicno pritegne mlade, veliko se pojavlja v virtualnem svetu, čeprav pravi, da moramo biti v zvezi s to tehnologijo tudi zelo pazljivi, da nas ne posrka in nam onemogoča lastno ustvarjalnost.

V nadaljevanju podajam ugotovitve, ki temeljijo na mojih zastavljenih hipotezah:

1. V besednih igrah in lucidnih izrazih se pojavljajo le poslovni motivi.

OVRŽENA HIPOTEZA



Pričakoval sem, da bom našel veliko poslovnih motivov, glede na to, da je Bagola poslovni človek, ki se vrti v samem vrhu tega kroga. Pri tem sem mislil na izraze kot so ekonomija, finance, globalni svet, oglaševanje, dobiček, reklamiranje, trženje ... Vendar me je presenetilo, da je teh izrazov pravzaprav zelo malo, saj se pisec ne ozira samo na svojo poklicno pot, od koder izvirajo predvsem njegove težave, ampak osvetljuje svoje življenje z vseh zornih kotov. Njegova notranjost še zdaleč ni samo poslovni svet, ampak sem večkrat zasledil, da mu moč in

smisel daje družina, da se zanese na samega sebe in svojo notranjo moč. To hipotezo lahko glede na raziskovalne ugotovitve zagotovo ovržem.

2. Aljoša Bagola je osebnost, ki ga označuje prekmurski melos.

OVRŽENA HIPOTEZA



Aljoša Bagola je ponosen na svoje prekmurske korenine, od koder črpa svojo kreativnost, ambicioznost in trdoživost. Iz prebrane knjige in intervjuja pa sem razbral, da je prekmurščina zanj »jezik vzhodne province«, s katero se ne bi mogel uveljaviti v slovenskem poslovnem svetu, ravno tako ne izven naših meja. Bolj ga označujejo slovenske korenine in slovenski jezik ter osrednjeslovenske navade. Prekmurje in prekmurskega človeka ima v srcu, ljube so mu prekmurske tradicionalne vrednote in preprosti ljudje, vendar tega ne izpostavlja in se skozi ta vidik njegove intimne pripadnosti ne prikazuje. Primarno družino spoštuje in se zaveda, da je iz nje izšel delaven in vztrajen, vendar ne ostaja v preteklosti, ampak živi naprej svoje življenje, kot mu prihaja naproti. Zaveda se svoje avtonomnosti in to je zanj najpomembnejše, saj ga najbolj označuje lastni jaz. Tako lahko tudi to hipotezo ovržem.

3. Bagolovo besedišče vsebuje veliko tujk in anglicizmov.

OVRŽENA HIPOTEZA



Ugotovitev, povezana s to zastavljeno hipotezo, me je presenetila. Pričakoval sem veliko tujk, angleških izrazov, saj je angleščina v primerjavi s slovenščino svetovni jezik tudi v oglaševanju in poslovnem svetu. Menil sem, da zaradi narave dela veliko komunicira v angleščini in se tako sporazumeva s poslovneži izven meja, da je angleščina jezik, s katerim prej uspeš v reklamiranju in trženju, da je že veliko angleških fraz in izrazov prisotnih v slovenskem pogovornem, slengovskem in žargonskem jeziku, kar pa seveda vpliva na komunikacijo med njim in njegovimi zaposlenimi. Vesel sem, da je Bagola zvest in »zaljubljen« v našo »čudovito« slovenščino, saj pravi, da je zelo spevna in bogata. Ker ima pisec izredno bogat besedni zaklad, uporablja veliko meni manj znanih in novih besed, toda ko sem jih preverjal in ugotavljal njihov pomen, sem jih ogromno našel v SSKJ. Tudi to hipotezo lahko z gotovostjo ovržem.

4. Za pisanje knjige se je odločil sam.

POTRJENA HIPOTEZA



Pisanje je pravzaprav piščeva notranja potreba, saj so besede in zgodbe del njegovega življenja in poslovne kreativnosti. V fazi izgorelosti ga je k temu spodbujala tudi psihoterapevtka.

Odločitev pa je sprejel, ko je po spletu iskal gradivo, da bi si v fazi izgorelosti pomagal, vendar ni našel o tej temi ničesar, s čimer bi si lahko pomagal. Tako se je odločil, da bo pisal sam. Nastajale so prijetne in manj prijetne zgodbe iz njegove notranjosti. Skozi te zgodbe se je čistil. Bralci so jih dobro sprejeli in preko resničnih osebnih zgodb ponuja samopomoč še marsikomu.

5. Knjiga je lahko priročnik za samopomoč, ko gre za duševno zdravje.

DELNO POTRJENA HIPOTEZA



Založba Mladinska knjiga delo uvršča med leposlovje, saj gre za avtobiografsko izpoved. V vsebini knjige pa lahko najdemo veliko izrazov, ki so zapisni poudarjeno in nas že pri preletu knjige izzivajo, da bi knjigo brali. Izzivi so tako življenjski, da so lahko zgodba vsakega izmed nas in s tega vidika, bi lahko knjigo brali tudi po delih, ki nam najbolj ustrezajo in nas nagovarjajo. Nagovarjanje bralca in iskanje odgovorov pa je neke vrste iskanje pomoči. To hipotezo torej delno potrjujem in delno zavračam ravno zaradi razvrščanja knjige in njene uporabne vsebine.

Ob raznovrstnem in širokem raziskovanju sem se naučil veliko novega. Raziskovanje me je osebno obogatilo in me preventivno opremilo za učno okolje. Posebej vesel sem bil sodelovanja z g. Bagolo. Seveda sem skozi branje in analizo izpisanih besednih zvez pridobival besedni zaklad, ki je dobra naložba za pisanje in pogovor. Ob raziskovanju sem postal bolj pozoren na ljudi okoli sebe, kako se obnašajo, kako se počutijo, kako reagirajo, kaj jih dela zadovoljne.

Knjiga je zagotovo uporabno besedno gradivo in bi jo priporočal v branje vsakomur, kdor rad bere in v branju uživa in tudi tistim, ki se spopadajo z izčrpanostjo in nezadovoljstvom v življenju. Seveda bi se dalo delo raziskovati še z drugih vidikov, npr. psihološkega ali pa raziskovalno nalogo nadgraditi v smeri podrobnejšega raziskovanja besedišča ali osebnih zgodb, ki pisca delajo takšnega kot je, ponosnega, aktivnega, zadovoljnega in povezanega z ljudmi.

8 VIRI IN LITERATURA

VIRI

- Bagola, A. (2019). Kako izgoreti in vzeti življenje v svoje roke. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Intervju z Aljošo Bagola, oktober 2023.
- Sošolčeve lastne ilustracije izbranih miselnih zvez, januar 2024.

LITERATURA

- Honzak, M. (2002). Dober dan, književnost: priročnik za učence osnovnih šol. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Kos, J. (1996). Očrt literarne teorije. Ljubljana: DZS.
- Toporišič, J. (1991). Slovenska slovnica. Pregledana in razširjena izdaja. Maribor: Založba Obzorja.
- Blažić, M. (1992). Kreativno pisanje. Priročnik vesele znanosti od besede do besedila. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport, Domus.
- Škarić, I. (1996). V iskanju izgubljenega govora. Šola retorike, 1. letnik, 4. knjiga. Ljubljana: Pravljичno gledališče.
- <https://www.24ur.com/popin/domaca-scena/fatalni-moski-2021-leto-je-najbolj-zaznamoval-aljosa-bagola.html>, 8. 1. 2024
- <https://www.mladina.si/215234/ko-bagola-malo-trzne/>, 8. 1. 2024
- <https://www.bagola.net/sl>, 8. 1. 2024
- <https://www.mladinska-knjiga.si/knjige/stvarna-literatura/kako-izgoreti>, 8. 1. 2024
- <https://siol.net/trendi/svet-znanih/aljosa-bagola-skustran-upornik-z-dobrimi-ocenami-171558>, 8. 1. 2024
- https://www.youtube.com/watch?v=Q5nn_XASV9o, 10. 1. 2024
- <https://govorise.metropolitan.si/traci/aljosa-bagola-razkril-kako-je-zarocil-svojo-iva-krajnc/>, 10. 1. 2024
- <https://fran.si/130/sskj-slovar-slovenskega-knjiznega-jezika>, januar, februar 2024
- https://studentski.net/gradivo/umb_pef_rp1_mlk_vaj_literarna_teorija_04, 14. 12. 2023
- <https://www.youtube.com/watch?v=NP4TVUbtdS4>, 15. 1. 2024
- <https://www.dnevnik.si/1042917589>, 15. 1. 2024
- <https://govorise.metropolitan.si/traci/domaci-traci/aljosa-bagola-in-iva-krajnc-bagola-medtem-ko-ti-vzgajas-otroka-on-vzgaja-tebe/>, 15. 1. 2024
- <https://njena.svet24.si/clanek/kultura/film-in-tv/5e426cfa00079/iva-krajnc-bagola-sofia-in-aljosa-sta-vedno-na-prvem-mestu>, 15. 1. 2024
- https://sl.wikipedia.org/wiki/Pozitivna_psihologija, 15. 1. 2024
- <https://www.mladinska-knjiga.si/dobrezgodbe/beremo/aljosa-bagola-dusevno-zdravje-je-valuta-prihodnosti>, 15. 1. 2024
- <https://emka.si/products/kako-izgoreti>, 15. 1. 2024

- https://www.svetloba.si/znanja/kaj-je-notranja-moc#google_vignette, 16. 1. 2024
- <https://sensa.metropolitan.si/osebna-rast/notranja-moc/>, 16. 1. 2024
- <https://nijz.si/zivljenjski-slog/dusevno-zdravje-mladostnikov-v-evropi-in-sirse/>, 16. 1. 2024
- <https://nijz.si/zivljenjski-slog/dusevno-zdravje/>, 16. 1. 2024
- https://sl.wikipedia.org/wiki/Knjižna_uspešnica 16. 1. 2024
- <https://sl.wikipedia.org/wiki/Vrednota>, 16. 1. 2024
- <https://primorske.svet24.si/2019/12/13/aljosa-bagola-razkriva-pasti-izgorelosti-in-nacine/>, 16. 1. 2024
- <https://www.love-hr.com/aljosa-bagola/> 24. 2. 2024
- <https://www.mladinska-knjiga.si/avtorji/aljosa-bagola>, 8. 4. 2024
- <https://www.bagola.net/sl>, 8. 4. 2024
- <https://cosmopolitan.metropolitan.si/zvezde/domace/aljosa-bagola-iva-krajnc-bagola-spoznala/>, 8. 4. 2024
- <https://www.galarna.si/aljosa-bagola>, 8. 4. 2024