

SPARK 002

ΔΙΑΚΡΙΣΗ: Δέν είσαι το Κουτί σου.

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ: Αυτή είναι μια διάκριση, εξαιρετικά δύσκολο να την αποκτήσεις εμπειρικά. Η ανάπτυξή της, σχεδόν καταπατάει πεδία που ανήκουν στην φιλοσοφία και τη θρησκεία. Η συμβουλή είναι να θεωρήσεις ό,τι ακολουθεί σαν μια τεχνική περιγραφή. Θέσε στον εαυτό σου το έργο να κατανοήσεις πως να χρησιμοποιήσεις τα εργαλεία που προκύπτουν. Αφού εφαρμόσεις τις μεθόδους για την επανεφεύρεση της πραγματικότητας μερικές φορές, μπορείς να επεξεργαστείς τα φιλοσοφικά παρακλάδια αργότερα, εαν ακόμα το θέλεις.

Το φυσικό σώμα φαίνεται να είναι το προφανές σημείο εστίασης της συνείδητότητας. Σαν παιδί ανακάλυψες ότι μπορείς να κάνεις το σώμα να κουνιέται και να μιλάει. Εάν το σώμα σου πληγωθεί, τότε 'εσύ' το νιώθεις. Έχει πολύ νόημα, να ταυτίσεις τον εαυτό σου με το σώμα σου.

Καθώς μεγαλώνεις μερικά χρόνια, δημιουργείς το Κουτί σου, και αποκτάς γλώσσα, το Κουτί σου σου λέει, "Εγώ σκέφτομαι", "Εγώ νιώθω", "Εγώ θέλω", και αυτόματα συμπεριλαμβάνεις το Κουτί σου μαζί με το σώμα σου, ως την ταυτότητά σου. Ανακατεύεις τις ανάγκες του σώματος με τις ανάγκες του Κουτιού σου και λές στον εαυτό σου και στους άλλους, "Εγώ χρειάζομαι...". Λέγονται τέτοια πράγματα όπως, "Εγώ χρειάζομαι..." είναι στην πραγματικότητα αρκετά αλαζονικό. Από την άλλη πλευρά, είναι ριζοσπαστικό να αμφισβητείς την αναγκαιότητα κατοχής κάποιας ταυτότητας.

Η διάκριση, "Εγώ δεν είμαι το Κουτί μου", σημαίνει επίσης ότι "Εγώ δεν είμαι το σώμα μου". Αυτές είναι οι δυο πρώτες αυθεντικές ενήλικες διαδικασίες μύησης: αποταύτιση από το σώμα σου και απο το Κουτί σου. Ωστόσο πολλοί άνθρωποι έχουν προτιμήσει να πεθάνουν παρά να αποταυτίσουν τους εαυτούς τους. Θυμήσου την Μαρία Αντουανέτα, που καθώς δραπετεύεε από τη Γαλλία "χρειαζόταν" καινούρια φορέματα για να πάρει μαζί της, ο κατασκευαστής των οποίων αποκάλυψε τα κρυφά της σχέδια, οδηγώντας κατευθείαν στο θάνατό της.

Σε αυτό το σημείο θα πρέπει να διερωτάσαι, "Εντάξει λοιπόν. Εάν δεν είμαι το Κουτί μου, τότε ποιός είμαι;". Ας μην ξετάσουμε αυτήν την ερώτηση στην παρούσα στιγμή. Αντ' αυτού ας συνεχίσουμε στην απόκτηση αρκετής πρόσθετης ριζοσπαστικής γνώσης, για να οικοδομήσουμε κάποιου είδους θεμέλια για περαιτέρω έρευνα. Μέσα από πρακτικό πειραματισμό θα συγκεντρώσεις μια βάση-εμπειριών που καθιστά άσχετη την ερώτηση. Η αναζήτηση μιας σταθερής ταυτότητας έχει μόνο νόημα μέσα σε ένα Κουτί που προσπαθεί να προστατεύσει τον εαυτό του απ' το να επεκταθεί.

ΠΕΙΡΑΜΑ: Η διάκριση “Δεν είμαι το Κουτί μου”, γίνεται αξιοσημείωτα χρήσιμη μόλις τη γυρίσεις ανάποδα και την εφαρμόσεις στους ανθρώπους που βρίσκονται πιο κοντά σου στη δουλειά σου και στη ζωή σου στο σπίτι. Αντιδράς συναισθηματικά σε κάποιον επειδή όταν συναντάς τις δυσάρεστες εκδηλώσεις του ή της, το παίρνεις προσωπικά. Αντιδράς σε αυτούς επειδή νομίζεις ότι “αυτοί” το κάνουν αυτό σε “σένα”. Αλλά εάν κάνεις τη διάκριση μεταξύ του άλλου ανθρώπου και του Κουτιού του, ξαφνικά έχεις επιλογές να σχετιστείς και να επικοινωνήσεις μαζί τους που δεν ήταν διαθέσιμες σε σένα μόλις λίγο πριν. Μπορείς να ξαναξεκινήσεις σε έναν καινούριο κόσμο, όπου δεν θα ξαναέχεις ποτέ πια μια διαμάχη με ένα άλλο άτομο στη ζωή σου... Εάν αντιμετωπίζεις μια διαμάχη, δεν είσαι εσύ που έχεις τη διαμάχη. Είναι το Κουτί σου που έχει τη διαμάχη. Και το Κουτί σου δεν έχει τη διαμάχη με το άλλο άτομο. Το Κουτί σου έχει μια διαμάχη με το Κουτί του άλλου ατόμου. Στην πραγματικότητα δεν έχεις καμιά εντελώς διαμάχη με το άλλο άτομο.

Εδώ είναι το πείραμα. Μέσα στα επόμενα λεπτά, σχεδόν σίγουρα θα κρίνεις κάποιον άλλο ή εσένα επικριτικά. Σε εκείνη τη στιγμή, όταν πρόκειται να κάνεις μια επίκριση, προτού δημιουργήσεις μια αρνητική ιστορία είτε για το άλλο άτομο ή για εσένα, πες στον εαυτό σου, “Δεν είναι το Κουτί τους! Και εγώ δεν είμαι το Κουτί μου!” Στάσου σταθερά στην αναγνώρισή σου και όσος και να είναι ο πειρασμός αρνήσου να αφήσεις την διαύγειά σου. Βάλε μια άγκυρα στο καινούριο πεδίο. Ένας ευγενής νέος κόσμος ξεδιπλώνεται μαγικά μπροστά σου και επεκτείνεται τόσο όσο μακριά μπορείς να δεις. Είναι ένας κόσμος της ύπαρξης με την Ύπαρξη των άλλων ανθρώπων, βαθύτερων οικιοτήτων, και συνδέσεις που ήταν αφάνταστες πριν.

Παρατήρησε ότι αυτό που προηγουμένως το βίωνες σαν “δυσάρεστο” είναι απλά το Κουτί σου να αντιδράει αντανάκλαστικά στο Κουτί τους, σαν το Κουτί σου να ήταν σωστό και το δικό τους Κουτί να ήταν λάθος. Φαντάσου το αυτό! Είναι αστείο, δεν είναι; Δύο νεκρές δομές να φαντάζονται ότι κάθεμια είναι σωστή και η άλλη λάθος, όταν και οι δυο είναι αφιερωμένες στον ίδιο σκοπό: επιβίωση.

Από την ουδέτερη διαύγειά σου, μπορείς να δεις ότι το Κουτί σου δεν είναι ούτε σωστό ούτε λάθος, απλά είναι μια άψυχη μηχανική αμυντική στρατηγική που ονομάζεται το Κουτί σου, σχεδιασμένη να υπερασπίζεται τις θέσεις της έναντι κάθε αντιπολίτευσης με κάθε κόστος. Το Κουτί του άλλου ατόμου κάνει το ίδιο. Ξαφνικά το “Εγώ έχω δίκιο και εσύ είσαι λάθος” αναγκαστικά εξατμίζεται. Το άλλο άτομο δεν είναι ούτε ο κακοποιός ούτε ο ήρωας, αλλά μάλλον έχει ματαμορφωθεί σε ένα ον, ένα άτομο που έχει ένα Κουτί με συγκεκριμένες προβλέψιμες, μηχανικές συμπεριφορές, όπως και εσύ.

Παρατήρησε αν έχεις περισσότερες ή λιγότερες δυνατότητες με αυτή τη νέα προοπτική.

ΞεΚουτιώνωντας μαζί σου,

Clinton