

SPARK 010

(Matrix Code: **SPARK010.00** for StartOver.xyz game.)

ROZRÓŻNIENIE: Między światem zewnętrznym (widoki, dźwięki, doznania fizyczne, zapachy, doświadczenia, relacje, zewnętrzne rozmowy itp.), a światem wewnętrznym (koncepty, wspomnienia, reakcje, obrazy, rozmowy wewnętrzne itp.) istnieje wąska przestrzeń wolności zwana luką.

ADNOTACJE: Poprzez sieć wzajemnych zależności i połączeń, Twój BOX czyni lukę niewidoczną i niedostępną. Ta sieć powoduje, że odnosisz się do świata zewnętrznego i wewnętrznego w sposób jak gdyby były one ze sobą nierozzerwalnie połączone. Gdy używasz takiego modelu rzeczywistości, każdy bodziec w świecie zewnętrznym (konflikt, wypadek, sytuacja, kryzys) tworzy automatyczną, mechaniczną reakcję w Twoim świecie wewnętrznym (obraza, niska samoocena, samooskarżanie się, usprawiedliwianie, wywyższanie). Podobnie każde doświadczenie w świecie wewnętrznym (zakłopotanie, obrzydzenie, głupkowaty komentarz, ważny gest) wywołuje mechaniczną ekspresję w świecie zewnętrznym (krytyka, wyzywanie, dokuczanie, plotkowanie, ukazywanie statusu).

Ten SPARK mówi, że Twoje reakcje nie muszą być kształtowane przez “odruchy kolanowe”. To czego doświadczasz nie musi być automatycznie “przyspawane” do tego co wyrażasz. Twój świat wewnętrzny i zewnętrzny nie muszą być ze sobą ściśle powiązane. Istnieje możliwość zlokalizowania i wejścia w lukę pomiędzy nimi.

Odkrywając drogę do luki przejmujesz w posiadanie całkowicie nowy zestaw warunków. Uzyskujesz dostęp do nowej, szerokiej gamy możliwości do wyboru. Te nowe opcje są opcjami nieliniowymi. Oznacza to, że niekoniecznie wynikają z pierwotnego bodźca w zwyczajny sposób. Okoliczności stają się mniej znaczące, ponieważ po odkryciu luki, nie ma już bezpośredniego mechanicznego połączenia między światem zewnętrznym a światem wewnętrznym.

Kiedy Twój szef wpadnie do Twojego biura bez pukania możesz powiedzieć “To jest coś, co naprawdę w Tobie kocham, ten entuzjazm do wspólnej pracy”. Kiedy kelner podchodzi do Twojego stolika po dłuższym czasie ignorowania Ciebie i Twojego partnera, możesz powiedzieć “Dziękuję, że dałeś nam tyle prywatności na bycie razem ze sobą”. Kiedy Twój partner spóźni się na spotkanie z Tobą, możesz powiedzieć: “Czekanie na Ciebie było dla mnie czymś tak intensywnym, że teraz wiem jak bardzo jesteś dla mnie ważny”. Kiedy główny klient dzwoni, by poinformować o rozwiązaniu umowy, możesz powiedzieć, “Moja firma może odnosić sukces tylko wtedy gdy Twoja firma odnosi sukces. Dziękuję za informację zwrotną”. Zaczynasz tworzyć rezultaty niezależne od okoliczności. Działania i pomysły pochodzące z luki mogą być radykalnie nowe, bezprecedensowe, nieoczekiwane, nierozsądne i nielogiczne. Mogą być też całkowicie proste i wyjątkowo skuteczne.

EKSPERYMENT:

Zyskaj zręczność wchodzenia i wychodzenia z luki. Ta instrukcja brzmi użytecznie i pachnie przygodą, ale właściwie jak zamierzasz to zrobić? Przebywanie w luce jest doświadczeniem rozpoznawalnym przez prawie każdego. Nazywa się je “magicznym dotykiem”, “przeływem”, “siódmym niebem”, “brakiem umysłu”, “prędkością światła”,

“maślanymi oczami”, “prawdziwą miłością”, “byciem podkreconym”, etc. Droga do wejścia w lukę pomiędzy światem zewnętrznym i wewnętrznym zaczyna się od rozróżnienia dotyczącego samej luki: ona istnieje. Z tego miejsca rozróżnienie odbywa się dalej poprzez: podzielenie i umieszczanie części swojej uwagi na przejawach, manifestacjach i wrażeniach w świecie zewnętrznym, umieszczenie drugiej jej części na tych samych aspektach świata wewnętrznego oraz też na pozostawienie reszty Twojej uwagi w wolnej (luźnej) formie tak, by zauważać i pracować z tym co powstaje w luce. Oto trzy sposoby praktykowania wejścia w lukę:

1. **SPARK010.01** Przyjmij zaproszenie na nieformalną kolację, gdzie ludzie będą rozluźnieni i mieli ze sobą kontakt w przyjaznej atmosferze. Wybierz 5 minut gdzieś w środku spotkania. Podczas tych 5 minut ani się nie uśmiechaj, ani nie śmieję, bez względu na to, co się mówi lub co się dzieje. Jeśli możesz uniknąć impulsu do śmiechu, możesz być w luce.
2. **SPARK010.02** Wybierz się do kina na romantyczny lub przygodowy film. Wybierz fotel w środkowym rzędzie dwie trzecie wysokości sali,. Spoglądaj wyłącznie na ludzi obecnych w kinie. Jeśli potrafisz uniknąć “wciągnięcia” się w historię filmowej opowieści i jednocześnie pamiętać o tym, że jesteś w kinie, możesz być w luce.
3. **SPARK010.03** Spędź dzień na targach przemysłowych. Chodź od stoiska do stoiska. Niezależnie od tego, co mówił będzie przedstawiciel handlowy, Ty nie odpowiadaj nic. Nie rób min, nie używaj gestów i nie dawaj żadnych wyjaśnień. Bądź całkowicie zrelaksowany i czujny, spoglądając na wszystko co zainteresuje Cię na stoisku. Po pewnym czasie wyjdź bez ostrzeżenia i przejdź do następnego stoiska. Jeśli możesz uniknąć automatycznego odruchu mówienia, gdy ktoś mówi do Ciebie, możesz przebywać w luce.

Co jest w luce ? (Nic.) Spotkanie prawdziwej nicości może być wyjątkowo wartościowe. Przykładem jest to, że wejście w pustkę zwiastuje każdą prawdziwą kreację.

Co jest możliwe w takiej luce ? (Idź i przekonaj się sam/a, nie powiem Ci wszystkiego!)