

SPARK 085

(Matrix Code: **SPARK085.00** for StartOver.xyz game.)

UNTERSCHIEDUNG: Jede Aktion, die du unternimmst, lenkt dich in eine der drei Arten von Beziehung: gewöhnlich, außergewöhnlich oder archetypisch.

VERTIEFUNG: Deine Box neigt dazu, sich mit einem inneren Monolog zu vergnügen, der ihre Meinungen zu dem, was gerade um dich herum geschieht, kundtut. Manche zwischenmenschlichen Interaktionen hinterlassen einen süßen prickelnden Nachgeschmack. Andere Interaktionen fühlen sich unerfreulich und bitter an. Die Intensität der Meinungen deiner Box mag stark oder schwach sein, aber sie scheint zu jeder Interaktion Meinungen zu haben. Was es hier zu erforschen gilt, ist die Quelle der Meinungsbildung der Box.

Die Grundlage der Meinungsbildung ist die Boxannahme, dass alles, was in einer Beziehung geschieht, das einzige ist, was in dem Moment geschehen kann. Wenn du davon ausgehst, dass etwas anderes geschehen könnte, wirst du plötzlich verantwortlich dafür, Ereignisse zu erschaffen, die sich genau auf diese bestimmte Weise abspielen. Das heißt, wenn etwas anderes geschehen *könnte* und du nicht etwas anderes geschehen lässt, dann sorgst du dafür, dass das, was geschieht, *auf diese Weise* geschieht, selbst wenn du es dadurch geschehen lässt, dass du einfach nichts anderes machst. Derart viel Verantwortung zu übernehmen kann irritierend, beunruhigend oder beängstigend sein. Die meisten von uns ziehen es eher vor, eine Rolle zu spielen, die in Bezug auf das, was in unseren Beziehungen passiert, keine wirklichen Optionen hat.

Aber was, wenn du tatsächlich Möglichkeiten in Bezug auf deinen Chef, deine Kollegen, deine Partner, deine Kinder oder deine Nachbarn hättest? Was, wenn du nur annimmst, keine Möglichkeiten zu haben, weil du eine Landkarte der Beziehung verwendest, die der Flachweltlandkarte von Beziehung gleichkommt, und andere Möglichkeiten nur auf Kontinenten existieren, die jenseits deines Horizontes liegen? Wie könnte eine Landkarte der Beziehung aussehen, die einer Rundweltlandkarte gleichkommt?

Stell dir vor, dass es nicht nur eines, sondern eigentlich drei Universen gibt, in die du deine Interaktionen mit anderen Menschen hineinsteuern kannst: gewöhnlich, außergewöhnlich und archetypisch. In gewöhnlicher Beziehung gehst du von der Annahme aus, dass entweder die andere Person Recht hat und gewinnt oder du im Recht bist und gewinnst. Du freust dich, wenn du gewinnst und der andere verliert. Gewöhnliche Beziehung ist ein Machtkampf, bei dem es darum geht, wer das Feld beherrscht, wer die Anerkennung hat und so weiter. Gewöhnliche Liebe ist Mangelware, sie ist ein Gegenstand, den man konsumiert wie einen Schokoriegel.

In außergewöhnlicher Beziehung übernimmst du die Verantwortung dafür, du selbst zu sein und andere Menschen dafür zu respektieren, dass sie sie selbst sind. Du spielst verantwortliche Spiele und freust dich, wenn andere Menschen gewinnen. Außergewöhnliche Liebe existiert unabhängig von Umständen oder Gründen, wann immer du ihre Gegenwart erzeugst.

In archetypischer Beziehung dient die Beziehung selbst als Raum, durch den die bewussten archetypisch maskulinen und femininen Prinzipien ihre Arbeit in der Welt tun können. Archetypische Liebe ist eine im Überfluss vorhandene freistehende ursprungslose Strahlung, aus der das gesamte Universum besteht.

Gemäß der neuen Landkarte ist die Beziehung, die sich gerade jetzt in jedem Moment vollzieht, nichts, bis du den Raum dieser Interaktion in eines der drei Universen hineinsteuerst. Du steuerst in ein Universum durch die Qualität deiner Aktionen, den Fokus deiner Aufmerksamkeit, den Ton deiner Stimme, deine Absicht usw. Gemäß dieser neuen Landkarte der Beziehung gibt es viele interessante neue Möglichkeiten zu entdecken. Wie kannst du dir diese neue Landkarte aneignen?

Du kannst anfangen, dir neue Beziehungsmöglichkeiten anzueignen, indem du genau untersuchst, was persönlich neue Möglichkeiten von deiner Sicht fernhält. Bei jedem einzelnen Fall wirst du entdecken, dass das, was deinen Horizont definiert, deine Box ist. Du bist in einem Raumschiff namens Box gefangen, und das Raumschiff ist auf Autopilot geschaltet. Deine Box wird damit fortfahren, deine Beziehungen in gewöhnliche Territorien zu lenken, bis du ernsthaft beginnst, dir die Frage zu stellen: „Wo ist der Überbrückungsschalter für die Box?“

Der Überbrückungsschalter befindet sich an der Stelle, die entscheidet, was von all diesen Ideen im Augenblick zu halten ist. Der Überbrückungsschalter ist die Funktion des freien Willens, die deine Meinungen erzeugt, deine Aktionen, den Drall, den du in den Ton deiner Stimme legst, deine wahren Absichten usw. Wenn die Box auf Autopilot geschaltet ist, dann kannst du nur dahin gelangen, wohin die Box dich bringen wird. Sobald du ernsthaft in Betracht ziehst, den Autopiloten abzuschalten, wird die Box selbstverständlich ihren Überbrückungsschalter verstecken.

Dennoch, du bist kein Opfer. Du kannst das Schiff entführen. Du kannst einfach diese oder andere x-beliebige niedergeschriebene Worte benutzen, die dich an die Stelle führen, an der du beschließt, wie du Dinge auffasst, und von dieser Stelle aus übernimmst du die manuelle Kontrolle des Steuers. In diesem Moment kannst du entscheiden, in welche Domäne du den Raum deiner Beziehung fliegen willst. Auf einmal entsteht eine Lücke zwischen dem, was du jetzt tust, und dem, was die Box sonst getan hat. Du kannst ein paar neue Experimente ausprobieren. Dein Beziehungsverhalten muss keinem vorgefertigten Skript mehr folgen. Du bist nicht mehr auf ein Schema von Bitten und Gewähren begrenzt. Du musst nicht berechenbar sein, du musst nicht mehr irgendwelchen Annahmen oder Erwartungen genügen. Du kannst deine Unterhaltungen lenken wie du willst, ungeachtet dessen, wie andere Menschen ihre Unterhaltungen lenken. Du kannst einem anderen Navigationsplan folgen und aus dem Stegreif Wege für euch beide finden, um zu interessanten neuen Gebieten zu gelangen.

Deiner Box den Raum der Beziehung abzuluchsen, eröffnet enorme Möglichkeiten, die du vorher nicht hattest. Lass uns dein Raumschiff mit auf eine kleine Spritztour nehmen, einverstanden?

EXPERIMENTE:

SPARK085.01 Eine Aktion ist jede Bewegung, die Energie überträgt. Aktionen können recht erhaben sein, z. B. einen Gedanken zu haben, eine Meinung zu bilden, deine Augen von hier nach dort zu bewegen, deiner Haltung einen Ton oder Tonfall beizumischen, deiner Bedeutung Schlussfolgerungen hinzuzufügen usw. Deine Aktionen können schnell oder langsam sein, auffällig oder verhalten, fließend oder steif. Worauf es ankommt, ist, ob deine Aktionen bewusst sind. Wähle dreimal täglich eine Interaktion mit einer anderen Person und lerne die genauen Aktionen kennen, die du unternimmst, um diese Beziehung in eines der drei Universen zu lenken: gewöhnlich, außergewöhnlich oder archetypisch.

SPARK085.02 Sobald du den Versuch unternimmst, eine Unterhaltung in ein neues Gebiet zu lenken, könntest du auf einen Konflikt stoßen. Es entbrennt vielleicht einen Streit darüber, wer die Kontrolle über das Raumschiff bekommt. In dem Augenblick, in dem du einen solchen Streit bemerkst, unternimm den Versuch, deinem Partner vollkommen zuzustimmen. Stimme ihm zu, weil seine Erfahrung für ihn real ist. Vielleicht verspürt er Angst, sich auf die Ebene der Gegenwart, der Authentizität oder des Neuen zu begeben, die du versuchst, anzusteuern. Statt zu diskutieren, gib all deinen Widerstand auf und begleite ihn, wo auch immer er hingehen will. Spiegle ihm gleichzeitig wider, wo ihr beide gerade hingehst. Das Widerspiegeln geschieht durch ein Gespräch über das Gespräch. Erläutere zum Beispiel die drei Räume eines Gespräches und benenne dann spezifisch die Handlungen, die unternommen worden sind, um dieses spezielle Gespräch in ein bestimmtes Universum zu lenken. Achte darauf, dass du deine Gefühle mitteilst, und höre dann seinen Gefühlen zu. Indem du ein Gespräch über das Gespräch führst, verlässt du das ursprüngliche Gespräch und erschaffst die Möglichkeit, dich in ein völlig anderes Beziehungsuniversum zu begeben.