

SPARK 001

(Matrix Code: **SPARK001.00** for StartOver.xyz game.)

ROZLIŠENÍ: Ty máš Box.

POZNATKY: Tvůj „Box“ je tvoje osobní konstrukce reality. Je to jak rozumíš a komunikuješ s okolním světem. Za „Box“ si můžeš dosadit „pohled na svět“, „paradigma“, „systém víry“, „obranný mechanismus“, „strategie přežití“, tvoji „komfortní zónu“, tvoje „já“, nebo tvoji „osobnost“. Pro účely tohoto rozlišení budeme používat Box.

Box je protkaný vírou, příběhy, předpoklady, očekáváními, důvody, názory, zálibami, postoji, rozhodnutími, nápady a modely. Box ti dává odpověď na tyto otázky: „*Kdo jsem já?*“ „*Kdo jsou tito lidé?*“ a „*Co mám dělat v takovém místě s lidmi jako jsou oni?*“, Box ti dává identitu.

Tvůj Box je výrobek tvé vlastní fantazie. Je to tvá nejlepší a nejdokonalejší umělecká tvorba. Svůj Box jsi nezdědil od svých rodičů (i když je možné, že jsi si vybral podobné komponenty), stejně tak tvůj Box nevznikl v důsledku incidentů nebo okolností (i když můžeš chtít svalit vinu za to, jaký jsi, na své okolí). Ty jsi vytvořil svůj Box.

Jelikož interiér tvého Boxu je ti známější než tvůj obývací pokoj - (Někdo jiný by mohl přemístit věci ve tvém obývacím pokoji, aniž bys o tom věděl. To by se ve tvém Boxu nikdy nemohlo stát.) - tvůj Box se stává nerozlišitelným. Zapomínáš, že tam tvůj Box je, jako ryby zapomínají na vodu v akváriu. Žiješ uprostřed svého Boxu, protože okraje Boxu mají tendenci být nepohodlné. Obklopuješ se „boxově-bezpečnými“ lidmi, pracuješ v „boxově-bezpečné“ práci a nacházíš si „boxově-bezpečné“ partnery. To ti umožňuje žít v iluzi, že žádný Box neexistuje. (Tak Istivá je vlastní obrana Boxu.)

Jediný Box, který je pro tebe neviditelný, je ten tvůj. Box všech ostatních vidíš. Všichni ostatní vidí tvůj Box. Boxy některých lidí jsou v určitou dobu shodné s tvým boxem. Tyto lidi nazýváš svými přáteli.

EXPERIMENT:

SPARK001.01: Představ si, že místnost, ve které právě sedíš, je tvůj Box. Všimni si, co jsi do svého pokoje umístil, díky čemu se cítíš pohodlně a bezpečně a co ti pomáhá identifikovat se jako ty. (Fotografie, suvenýry, oblíbené knihy, významné předměty, inspirativní umělecká díla apod.) Tyto věci si zapiš do své *Píp! Knihy* do seznamu nazvaného *Věci, díky kterým se cítím jako já*.

Poté věnuj pět minut identifikaci a vyjmenování několika strukturálních prvků svého Boxu. Můžeš to udělat tak, že si odpovíš na tyto otázky: Co mám rád? Co se mi nelíbí? Co mi dělá radost? Co mě rozčiluje? Napište si je do seznamu nazvaného *Z čeho se skládá můj Box*.

Po identifikaci hranic tvého Boxu si představ, jak velký je v porovnání se zbytkem světa. Je účelem tvého Boxu udržet svět venku, nebo tebe uvnitř?

Ve chvíli, kdy si dokážeš představit, že tvůj Box existuje, získáš novou perspektivu. Nahlédneš na svůj Box zvenčí. Tento (šokující) nový pohled ti umožní dát tvému Boxu jméno: Box. Svůj Box můžeš nazvat Boxem pouze tehdy, když ho vidíš zvenčí.

Pohled na to, že je možné i něco jiného než to, co dovoluje tvůj Box, může způsobit významnou změnu ve tvém sebepoznání. Může posunout cíl tvého Boxu od obhajoby tvého statusu quo k rozšíření tvého statusu quo. Experimentováním s expanzivními záměry můžeš identifikovat a zpochybnit vše, co tě drží v zajetí zvyků, příběhů, názorů a pravidel tvého Boxu. Právě tehdy odhalíš, že se tvůj Box skutečně může rozšířit!

Tím, jak se tvůj Box rozšiřuje, získáváš přístup k novým způsobům práce s lidmi a situacemi, protože vidíš, že jsou to lidé (a jejich Boxy...), kdo vytváří ty situace! Svému Boxu můžeš zadat nové úkoly, které ti pomohou změnit to, co je možné.

Jelikož tvůj Box ví nejlépe, jak tvůj Box funguje, chápe i to, jak fungují ostatní lidé, protože lidé se většinou chovají podle diktátu svého Boxu.

Studium principů fungování Boxů se nazývá Technologie Boxů.

Tento týden věnuj každý den několik minut tomu, aby sis podrobně všímal a oceňoval fascinující vlastnosti Boxů, které si vytvořili ostatní lidé. Všímej si zejména způsobů, jakými tvůj Box reaguje na ostatní Boxy.