

SPARK 002

(Matrix Code: **SPARK002.00** for StartOver.xyz game.)

ROZRÓŻNIENIE: Nie jesteś swoim Boxem.

ADNOTACJE: To jest rozróżnienie, które bardzo trudno pojąć jako doświadczenie. Gdy się w nie zagłębić, łatwo zapuścić się na terytorium filozofii albo religii. Moja rada jest taka, żeby to co jest napisane poniżej, traktować jako techniczny opis. Niech Twoim celem będzie zrozumienie, jak używać wynikających z niego narzędzi. Gdy użyjesz tych zmieniających rzeczywistość narzędzi kilka razy, będziesz mieć czas na filozoficzne rozważania - oczywiście, jeśli jeszcze będziesz mieć na nie ochotę.

Fizyczne ciało wydaje się być oczywistym obiektem uwagi świadomości. Jako dziecko odkryłeś, że możesz sprawić, że to ciało się poruszy albo zacznie mówić. Jeśli zostało zranione, to “czułeś” to. Sporo sensu miało identyfikowanie się z własnym ciałem. Gdy trochę podrosłeś, rozbudowałeś swój Box i nauczyłeś się języka, Twój Box zaczął mówić: “Ja myślę”, “Ja czuję”, “Ja chcę” i zaczęłaś automatycznie włączać Box, razem z Twoim ciałem, do Twojej tożsamości. Zaczęłaś mieszać potrzeby ciała z potrzebami Boxu i mówić do siebie i innych : “Ja potrzebuję...”. Mówienie rzeczy w stylu “Ja potrzebuję...” może się wydawać dosyć aroganckie. Z drugiej jednak strony, kwestionowanie potrzeby posiadania tożsamości jest radykalne. Rozróżnienie “Nie jestem moim Boxem” pociąga za sobą “Nie jestem moim ciałem”.

To są dwie pierwsze autentyczne inicjacje do dorosłości: odrzucenie identyfikacji z ciałem i Boxem. I mimo to, wiele osób jest gotowych oddać życie w obronie tych identyfikacji. Na przykład Maria Antonina, która uciekając z Francji “potrzebowała” nowych sukni - których uszycie ujawniło jej tajny plan i doprowadziło do zguby.

W tym miejscu powinieneś zapytać: “Ok, jeśli nie jestem moim Boxem, to kim jestem?”. Nie zajmujmy się tym pytaniem jeszcze teraz. W zamian zbierzmy trochę więcej radykalnej wiedzy, by stworzyć grunt pod kolejne dociekania. Poprzez praktyczne eksperymenty zgromadzisz doświadczenie, które uczyni to pytanie nieistotnym. Szukanie solidnej tożsamości ma sens tylko dla Boxu, który za żadne skarby nie chce się poszerzyć.

EKSPERYMENT:

SPARK002.01 Rozróżnienie “Nie jestem moim Boxem” staje się niesamowicie użyteczne gdy tylko odwrócisz je i zastosujesz wobec najbliższych Ci ludzi, w pracy i życiu osobistym. Reagujesz emocjonalnie na kogoś, bo, gdy jesteś wystawiony na jego nieprzyjemne przejawy, odbierasz to osobiście. Reagujesz tak, bo myślisz, że ten “ktoś” robi to “Tobie”. Ale jeśli dokonasz rozróżnienia pomiędzy tą drugą osobą a jej Boxem, nagle masz możliwości bycia i komunikowania z nią, które jeszcze chwilę temu były dla Ciebie niedostępne. Możesz zacząć zupełnie od nowa, w świecie w którym już nigdy w życiu nie będziesz mieć konfliktu z drugą osobą. Jeśli doświadczasz konfliktu, to nie Ty w nim jesteś. To Twój Box jest w konflikcie. I Twój Box nie jest w konflikcie z tą osobą - jest w konflikcie z jej Boxem! Ty tak naprawdę zupełnie nie jesteś w konflikcie z tą osobą.

Oto eksperyment: W ciągu najbliższych minut prawie na pewno ocenisz krytycznie siebie albo kogoś innego. W momencie kiedy już będziesz gotowy skrytykować, zanim sformułujesz negatywną historię o sobie lub kimś innym, powiedz sobie "Ja nie jestem moim Boxem! On/Ona nie jest jej/jego Boxem!". Wytrwaj mocno w tym rozróżnieniu, niezależnie od tego jak mocno będzie Cię kusiło porzucenie tej klarowności. Zarzuć kotwicę na tym nowym terytorium. Magicznie otwiera się przed Tobą subtelny nowy świat - i ciągnie się aż po horyzont. To świat, w którym możesz być w kontakcie z Istotą innych ludzi - kraina głębszej bliskości i niewyobrażalnego dotąd połączenia. Zauważ, że to, czego wcześniej doświadczałeś jako "nieprzyjemne", jest po prostu reakcją Twojego Boxu na drugi Box tak jakby Twój Box miał rację, a ten drugi się mylił. Niesamowite! I przyznaj, że trochę śmieszne... Dwie martwe struktury przekonane, że każda z nich ma rację a druga się myli. I to w sytuacji, gdy obie służą jednemu tylko celowi - przetrwaniu. Z neutralnego, klarownego punktu widzenia możesz dostrzec, że Twój Box ani nie ma racji, ani się nie myli - jest po prostu bezduszną mechaniczną strategią obronną zwaną Boxem, stworzoną by za wszelką cenę bronić swojej pozycji przed atakiem. Box drugiej osoby robi dokładnie to samo. I nagle imperatyw "Ja mam rację, ty się mylisz!" wyparowuje. Ta druga osoba ani nie jest bohaterem ani czarnym charakterem - ona zmienia się w Istotę, osobę która ma Box z przewidywalnymi mechanicznymi zachowaniami, dokładnie tak jak Ty.

Zobacz, czy ta perspektywa daje Ci więcej czy mniej możliwości !