

## SPARK 009

(Cod matrice: **SPARK009.00** pentru jocul [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz).)

**DISTINCȚIE:** Comunicarea este manifestarea scopului.

**NOTĂ:** Când cineva îți vorbește, ai întotdeauna opțiunea de a-ți pune întrebarea: „De ce îmi spune asta?” La fel, oricând vorbești, poți lua în considerare aceeași întrebare în aplicarea ei inversă: „De ce îmi spun asta?” Acordând atenție scopului mesajelor pe care le primești și pe care le emiți îți vei da seama că:

1. Vorbești doar când ai un scop.
2. Alți oameni vorbesc doar atunci când au un scop.
3. Scopul adevărat te poate surprinde și, la o cercetare atentă, se va dovedi a fi ceva diferit față de ceea ce ai presupus tu inițial.
4. În general, scopul comunicării este de a spune un fel de poveste care promovează în lume marca particulară a realității Cutiei tale.

Ca ființă umană, ești membru al speciei care spune povești. Tot ceea ce ține de tine contribuie la poveștile pe care le relatezi. Cum te îmbraci și te miști, fișa care descrie atribuțiile tale la postul de muncă, inflexiunile vocii și tiparele de conversație, expresiile sau non-expresiile tale emoționale, ce personaje joci sau alegi ca parteneri în scenele pe care le crezi, modul în care derulezi situațiile problematice – toate acestea sunt povești.

După ce ți-ai observat propriile povești un timp, vei detecta tipare care se repetă. Povești tale tind să fie monotematice. Adică s-ar putea să descoperi că viața ta se desfășoară ca diferite capitole ale aceleiași povești. Este povestea Cutiei tale: ce-ți place, ce urăști, ceea ce este real pentru tine, ceea ce este important și adevărat pentru tine, ceea ce este posibil pentru tine și ceea ce este imposibil pentru tine. În esență, Cutia ta declară întotdeauna în lume povestea a cine ești.

Ca o duhoare, ca o ceață, ca un nor de praf în jurul nostru, povestea Cutiei tale te urmărește oriunde te duci. Povestea cutiei tale influențează modul în care interacționezi cu lumea și în care lumea interacționează cu tine. Devii atât de priceput în a-ți crea povestea încât o crezi chiar și tu. Oamenii care nu cred povestea ta sunt, în general, excluși din viața ta.

Unii dintre noi spun povești de victimă; unii spun povești dramatice; unii spun povești de plictiseală; unii spun povești cu eroi; unii spun povești cu răufăcători. Există optsprezece povești standard ale Cutiei. Orice poveste ai spune este povestea vieții tale. Nu există nimic în mod inerent corect sau greșit despre oricare din povești. La urma urmei, sunt doar povești. În orice caz, fiecare gen de poveste produce rezultate diferite.

### EXPERIMENTE:

**SPARK009.01** Spune o altă poveste decât ceea ce povestești de obicei. Poți face asta cu doi factori de risc: modificări subtile cu risc scăzut, sau modificări nu atât de subtile cu risc mai ridicat. Schimbările subtile ale poveștii ar putea include să porți o nuanță de ruj sau o culoare de cravată pe care nu o porți de obicei, să-ți schimbi machiajul sau coafura, să faci cumpărături dintr-un magazin alimentar nou sau să mergi într-un bar sau restaurant nou.

Desigur, ai putea să încerci ceva mai îndrăzneț. Ai putea aborda pe cineva pe care îl/o vezi în fiecare zi, cum ar fi șeful tău sau un coleg, și să le spui ceva ce nu ai mai inclus până atunci în

poveștile tale pentru ei. Le-ai putea spune exact de ce îl apreciezi cu adevărat pe președintele companiei sau al țării, cum ți-ai iertat și înțeles pe deplin părinții, cum te inspiră foarte mult munca pe care o faci, cum respecti calitățile personale de noblețe și măiestrie ale acestei persoane, cum iubești viața și așa mai departe.

Pot apărea două lucruri pentru tine în timp ce relatezi în mod conștient o nouă poveste în acest experiment. S-ar putea să întâmpini senzația că noua poveste pe care o spui este o minciună pentru că nu este povestea ta obișnuită și, prin urmare, o simți ca și cum ar avea o origine străină. Poți lucra cu asta având grijă să spui doar povești noi despre tine despre care știi că sunt povești noi *adevărate*. Totuși (atenție!), dacă repeți acest experiment de mai multe ori în timpul săptămânii în circumstanțe diferite, cu oameni diferiți, de fiecare dată extinzându-ți repertoriul de povești, este posibil să începi să observi că *toate* poveștile pe care le povestești vreodată despre tine sunt invenții ale minții tale, inclusiv poveștile pe care le-ai povestit ani în șir și ai crezut mereu că sunt adevărate.

Celălalt lucru pe care îl poți observa în timpul acestui experiment este că ceea ce face ca o poveste să fie de succes pentru ascultător este felul în care o spui, câtă pasiune și convingere exprimi, detaliile specifice care descriu culorile, sunetele și calitățile ființei. Îmbunătățindu-ți abilitățile conștiente de a spune povești, poți începe să te recunoști ca sursă a *tuturor* poveștilor existente în viața ta. Tu ești originea tuturor poveștilor tale despre tine, despre alți oameni, despre poveștile altora, despre situații, despre viitor și despre acum. Relatând o poveste în care ești o victimă neputincioasă a circumstanțelor, iar apoi descoperind că poți lua exact același incident și poți spune o poveste în care ești complet responsabil pentru provocarea împrejurărilor care te victimizează, îți realizezi puterea remarcabilă de creator de povești. Revendicarea puterii tale editoriale conștiente asupra poveștilor pe care le spui adaugă noi dimensiuni interesante capacității tale de a gestiona posibilități.