

SPARK 030

(Matrix Code: **SPARK030.00** for StartOver.xyz game.)

ROZRÓŻNIENIE: Tworzysz swoje uczucia, aby służyć świadomym lub nieświadomym celom.

ADNOTACJE: Za każdym razem, gdy coś czujesz (złość, smutek, radość lub strach) i nie jesteś świadomy celu tego uczucia, wtedy cel twojego uczucia jest nieświadomy.

Na przykład, jeżeli ktoś robi coś lub mówi coś, co cię obraża i zaczynasz czuć złość z tego powodu, to uczucie, którego doświadczasz służy jakiemuś celowi. Jeżeli nie masz klarowności, że twoje uczucie służy twojemu prawdziwemu celowi (twojemu przeznaczeniu), to to uczucie służy ukrytemu celowi Twojego Boxu (celowi Gremlina).

Jeśli czujesz, że gniew w tobie narasta i używasz gniewu, aby zmotywować się do zrobienia lub powiedzenia czegoś albo tej osobie, albo innej osobie o tej osobie, i tego nie robisz, to jesteś nieodpowiedzialny w swojej komunikacji ponieważ twoja komunikacja jest niekompletna. Oto dlaczego twoja komunikacja jest niekompletna: w każdej chwili możesz odczuwać którekolwiek z czterech uczuć (złość, smutek, radość lub strach) o KAŻDEJ rzeczy. Najpierw masz cel. Twój cel generuje punkt widzenia twojej historii. Twoja historia generuje konkretną myśl. Twoja myśl wywołuje uczucie. Twoje uczucie motywuje cię do mówienia lub działania. Nie ma ograniczeń co do tego, jaką historię stworzysz, ponieważ ZAWSZE znajdzie się dowód na poparcie jakiejkolwiek historii.

Zróbmy przykład. Powiedzmy, że twoim celem jest bycie lepszym od innych a ktoś komentuje negatywnie twoje ubranie. Co czujesz? (Czuję złość.) Dlaczego? (Ponieważ oni skrytykowali moje ubranie, a ja ubieram się tak, aby być lepszym od innych. Oni zaatakowali mnie, a ja jestem gotowy, żeby im się odwdziżyć). Oto eksperyment, który można wypróbować. Biorąc pod uwagę te same okoliczności, czy mógłbyś zamiast tego czuć się smutny? (Tak, mógłbym czuć się smutny.) Dlaczego? (Bo chcę czuć się lepszy, a mój plan się nie powiódł. Czuję się smutny ponieważ mój plan się nie powiódł.) Kontynuując eksperyment, czy mógłbyś również czuć się przestraszony? (Tak.) Dlaczego? (Bo jeśli próbuję być lepszy i zawiodłem, to nie jestem już bezpieczny i może mi się przytrafić coś gorszego). A czy mógłbyś również czuć się zadowolony? (Tak.) Dlaczego? (Bo jeśli moje ubranie sprawiło, że te osoby zniżyły się do tak niskiego poziomu komentując je negatywnie, to w rzeczywistości jestem od nich lepszy i mój cel został spełniony!)

A więc, to jest interesujące! Coś się dzieje, a ty możesz czuć się zły, smutny, przestraszony lub cieszyć się z tego powodu. Czy mogłeś poczuć autentyczność tych uczuć, kiedy wyjaśniałeś dlaczego je czułeś? (Tak.) Więc to były prawdziwe uczucia? (Tak.) I w rzeczywistości mogłeś poczuć każde z tych czterech uczuć i spełniłbyś swój cel! (Tak.) Więc kto stworzył te uczucia? (Ja.) Jak? (Wybierając myśl, pasującą do mojej historii, aby służyć mojemu celowi bycia lepszym.) Czy mógłbyś wybrać taką historię, aby stworzyć swoje uczucia, aby spełnić swój cel w jakichkolwiek dostępnych okolicznościach? (Tak. Przypuszczam, że mógłbym. Widzę, że jestem bardzo kreatywny w tej kwestii). Ty i wszyscy inni! Ponieważ mogłeś wybrać gniew,

smutek, strach lub radość, aby wypełnić swój cel dlaczego w tej sytuacji najpierw wybrałeś gniew? (Ponieważ moją standardową strategią Boxu jest bycie lepszym od innych i zezłoszczonym).

Ciekawa rozmowa. Chodzi o to, że tworzysz swoje uczucia, aby służyły świadomym lub nieświadomym celom. W przykładzie powyżej cel był nieświadomy, to znaczy, że bycie lepszym od innych nie da się osiągnąć w pełni świadomie, ponieważ byłoby zbyt bolesne, aby uświadomić sobie w pełni, co powodujesz swoim dążeniem do wyższości. Wzięcie odpowiedzialności za pełną komunikację zawiera się w wyrażeniu się we wszystkich czterech uczuciach i powodach, których mogłeś używać by osiągnąć swój cel. To jest twój cel, który determinuje formowanie twoich wypowiedzi.

Dlaczego masz tendencję do ignorowania komunikowania o pozostałych trzech uczuciach, które mógłbyś sobie stworzyć? Dlaczego miałbyś mieć tendencję do częściowego komunikowania się? Czy metodologia Boxu do uzasadniania swojej obrony może być tak podstępna i wszechobecna? Jak mógłbyś odkryć odpowiedzi na te pytania? Możesz odkryć odpowiedzi na te pytania w zwykły sposób: eksperymentując!

EKSPERYMENTY:

SPARK030.01 Possibility Manager bierze odpowiedzialność na poziomie uczuć. Oznacza to wzięcie odpowiedzialności za tworzenie w swoim ciele fizycznych odczuć, które nazywamy złością, smutkiem, radością i strachem. Oto eksperyment. Następnym razem, gdy zaczniesz czuć gniew na coś (nawet tylko trochę gniewu), dostarcz kompletną komunikację z uczuciami w czteroczęściowej harmonii. Oprócz powiedzenia dlaczego jesteś zły o tę rzecz, powiedz także dlaczego czujesz strach, dlaczego czujesz radość, dlaczego czujesz smutek w tej sprawie, i, któremu celowi swojego Boxu służyysz wybierając mówienie tylko o pierwszym uczuciu, wykluczając pozostałe 3. Przekazując cały komunikat, pozbawiasz się prochu z bomby (ładunek z trójkąta dramatycznego). Dostarczanie pełnego komunikatu przekształca to, co mówisz, w odpowiednią komunikację. Ponieważ miłość jest funkcją komunikacji, fakt, że podejmujesz wysiłek, aby komunikować się odpowiedzialnie, przedstawi istotę twojej komunikacji, którą jest to, że zależy ci na drugiej osobie. Używając tego kompletnego narzędzia komunikacyjnego, Possibility Manager otwiera dwukierunkowe drzwi dla bogatych i produktywnych relacji.