

СПАРК 48

РАЗЛИЧИЕ: Если ты не можешь принять решение – это значит, что часть твоего Бокса притворяется мертвой.

ЗАСКРЫТИЕ: В замешательстве и сомнениях нет необходимости. Если ты зашёл в тупик или находишься в замешательстве, ты не видишь никаких других возможностей, кроме нахождения в тупике или в замешательстве. Ты понятия не имеешь, что делать. Это – природа замешательства. И с этим различием мы получаем три ключа.

КЛЮЧ ПЕРВЫЙ: («Существует часть»). Мы имеем части! Что это означает – «мы имеем части»? Это означает, что, даже если ты чувствуешь себя в тупике или в замешательстве, ты, вероятно, имеешь больше возможностей, чем осознаешь. Какая-то часть твоего Бокса, возможно, действует вслепую. Но твой Бокс имеет и другие части, которые не являются слепыми. В настоящий момент ты, возможно, не видишь иных возможностей, потому что ты случайно отождествлен со слепой частью твоего Бокса. Но поскольку твой Бокс состоит из частей, то ты мог бы сместить твою идентификацию в другую его часть – ту, которая при тех же обстоятельствах обладает ясностью и возможностями. Каким образом ты можешь идентифицировать себя с другой частью?

Начини вести себя свойственным для этой другой части образом. Например, часть, обладающая ясностью и возможностями, любит танцевать или выполнять физические упражнения, ездить на лошадях или на велосипеде. Или может тренировать людей выходить из тупиковых состояний, петь, делать доклады, импровизировать театральные сцены или играть эстрадную комедию. Чтобы сместить идентификацию, измени своё поведение. Без всякой причины, вопреки настроению, делай нечто совершенно другое, соответствующее той части твоего Бокса, которая обладает способностями. Ты действуешь так, как если бы имел ясность и возможности – и это пробуждает часть твоего Бокса, обладающую ясностью.

КЛЮЧ ВТОРОЙ: («Притворяться мертвым»). Часть твоего Бокса *притворяется* мертвой. Она не мертва. Она лишь притворяется мертвой. Если часть притворяется мертвой, она делает это по определенной причине. Как бы слабо или безуспешно это ни выглядело на первый взгляд, но появившаяся в результате вялость – это результат, который Бокс намеренно создал. Цель Бокса достигнута. В какой-то момент ты принял решение лишиться себя самого силы, потому что это казалось тебе тогда самым оптимальным. Возможно, пришло время переоценить ситуацию.

Ты можешь иметь дело с устаревшим решением, основанным на обстоятельствах, которые не являются более актуальными. Чтобы принять новое решение, тебе следует всего лишь вернуться к моменту, в котором было принято старое решение и принять новое. Как ты можешь найти момент принятия старого решения? Это объяснит ТРЕТИЙ КЛЮЧ.

World Copyleft © 2018 by Clinton Callahan. You are granted permission to copy and distribute this SPARK as long as this author, website, and copyright notice are included. Creative Commons Attribution and Share Alike CC BY SA International 4.0 License. To get your own free email subscription to SPARKs go to <http://www.clintoncallahan.org>. Thanks for experimenting! Experimenting builds matrix to hold more consciousness.

World Copyleft © 2018 от Клинтона Каллахана. Вам разрешено копировать и распространять этот SPARK, если копия включает ссылку на автора, веб-сайт и уведомление об авторских правах. Creative Commons Attribution and Share Alike CC BY SA International 4.0 Лицензия. Чтобы получить бесплатную подписку на SPARK на адрес вашей электронной почты, перейдите по адресу <http://www.clintoncallahan.org>. Спасибо, что экспериментировали! Экспериментирование, выстраивает матрицу, для удерживания большего сознания.

КЛЮЧ ТРЕТИЙ: («Не могу принять решение».) примени технику из Менеджмента Возможностей: проблема является решением. И это ведет к нашему эксперименту!

ЭКСПЕРИМЕНТ: Принятие решения, иметь часть Бокса, которая притворяется мертвой, хотя и достаточно обычно, является крайним решением, принятым в самом отчаянном положении. Для такого решения ты должен был иметь очень вескую причину. Если ты хочешь, то переживание замешательства или сомнения может напрямую привести тебя к этой причине. Ты можешь найти эту связь. Всё, что ты должен делать – это позволить себя туда привести.

Для этого эксперимента тебе потребуется примерно 20 минут, во время которых тебя не будут беспокоить. Устройся поудобнее. Возьми лист бумаги и авторучку. Закрой глаза. Сделай глубокий вдох и расслабься. Скажи себе самому: «Я доверяю моему замешательству». После этого подумай о решении, которое ты не смог принять. Сразу появится замешательство. Снова скажи себе самому: «Я доверяю моему замешательству» и позволь ощущению усилиться, расти и стать более интенсивным. Позволь каждой клетке твоего тела испытать замешательство. Внезапно ты сможешь обнаружить в себе чувства, гнев, страх, печаль или радость по поводу чьей-то боли. Два чувства будут смешаны друг с другом, но одно из них всегда будет более интенсивным.

Скажи себе самому: «Я чувствую (и затем назови сильнейшее из чувств), потому что ...» и скажи первое, что придет тебе в голову, даже если это не имеет никакого смысла и даже если это что-то нехорошее. Перед твоим внутренним взглядом может появиться картина – какая-то ситуация или происшествие. Это может ощущаться как какая-то фантазия. Поверь этому образу. Потом скажи себе: «Я тогда решил прийти в замешательство, чтобы...» и назови причину. Причина может быть самой различной: чтобы стать невидимым, чтобы отомстить, чтобы спасти свою жизнь, чтобы что-то саботировать.

Причина не имеет значения – пока ты имеешь ясность относительно неё. Затем скажи: «Обстоятельства изменились, поэтому причина замешательства более не актуальна. Я изменяю своё мнение. Я принимаю новое решение. Новое решение гласит: это нормально быть большим, энергичным и ясным в голове». (Используй здесь свои собственные слова.) Подожди несколько мгновений, чтобы твоё сознание упорядочило новое решение. Затем запиши старое решение, причину и новое решение. (Для последнего причина не требуется!) Используй новое решение в качестве директивы для твоего поведения. Нет необходимости кому-то рассказывать о том, что ты сделал. Просто действуй в соответствии с твоим новым решением.

С наилучшими пожеланиями, Клинтон.

World Copyleft © 2018 by Clinton Callahan. You are granted permission to copy and distribute this SPARK as long as this author, website, and copyright notice are included. Creative Commons Attribution and Share Alike CC BY SA International 4.0 License. To get your own free email subscription to SPARKs go to <http://www.clintoncallahan.org>. Thanks for experimenting! Experimenting builds matrix to hold more consciousness.

World Copyleft © 2018 от Клинтона Каллахана. Вам разрешено копировать и распространять этот SPARK, если копия включает ссылку на автора, веб-сайт и уведомление об авторских правах. Creative Commons Attribution and Share Alike CC BY SA International 4.0 Лицензия. Чтобы получить бесплатную подписку на SPARK на адрес вашей электронной почты, перейдите по адресу <http://www.clintoncallahan.org>. Спасибо, что экспериментировали! Экспериментирование, выстраивает матрицу, для удерживания большего сознания.