

Lesson 2: Illustrating Distractions and Opportunities

Thelma Natasuwarna Wuisan



Illustrating Distractions (A) and Opportunities (B)

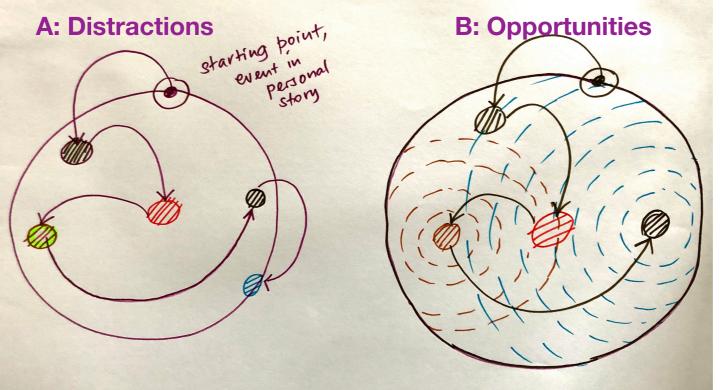
Contoh ilustrasi mengenai distractions (pengalihan) dan menggunakannya kondisi-kondisi sebagai opportunities (kesempatan) dalam Personal Story, sehingga tidak ada kesia-siaan.



Berkaitan dengan Live Discussion hari Selasa (18 Feb 2020), dibahas bahwa distractions (pengalihan) adalah mekanisme yang kemungkinan dilakukan karena menghindari situasi yang tidak nyaman. Bisa jadi berdasarkan rasa takut (harap eksplor pola lama dalam personal story masing-masing).

Mengerjakan latihan personal story akan membiasakan kita untuk melihat berbagai opportunities untuk membuat semua event menjadi bermakna. Salah satunya adalah dengan menggali kemungkinan adanya "depth" dalam setiap kejadian, termasuk distractions sekalipun. Ini membuka kesempatan untuk soul berkembang, sehingga tidak mengulang lesson yang sudah lengkap (completed with closure).

2.
Tanpa awareness,
keterjebakan pada
distractions akan
menciptakan selfindulgence yang berulang,
yaitu mencari pemuasan
(yang awalnya bersifat
sementara) karena ingin
menghindari rasa tidak
nyaman dalam masa
sekarang.



Self-indulgence dilakukan untuk mendapatkan kenyamanan dan kepuasan melalui obyek/subyek/kegiatan. Maka begitu muncul ketidaknyamanan yang baru, kita akan segera mencari distraction lain/baru. Berbagai distractions akan tampak tidak saling berhubungan (terpisah). Setiap kali kita loncat untuk menghindari ketidaknyamanan, maka kita kehilanganhal penting yang "dipelajari" sebagai upaya self-redemption (ingat bahasan soal "the intention of the soul". Kita hanya akan meloncat terus menerus, di sisi lain, our soul will keep on seeking (and reminding us) about its unfulfilled growth.

Dengan awareness, berbagai event bahkan distractions sekalipun - bisa memperkaya kedalamaan pengalaman the soul. Jlka kita mundur ke arah distraction tsb dan mendalaminya, lalu melihat berbagai hubungannya dengan personal story kita - maka kita akan melihat bahwa semua itu terhubung (tidak terpisah), bahkan dalam dimensi yang lebih dalam dari yang kita duga sebelumnya. Mungkin tidak semua distractions bisa digali kedalamannya. tapi jika ada beberapa distractions saja yang bisa diamati - maka kita memiliki kesempatan unik yang sangat berharga untuk mengembangkan perjalanan soul kita. Kita mungkin tidak perlu sering "lari" lagi.

Catatan:

Contoh dalam bahasan Live Discussion tsb adalah "fear of suffocation" yang menciptakan berbagai kemungkinan distraction dan melarikan diri - kemudian secara sadar diganti menjadi opportunity yaitu "creating space". Ini menciptakan perkembangan yang saling berhubungan.

