

SPARK 002

DISTINÇÃO: Você não é a sua Caixa.

NOTAS: Esta é uma distinção extremamente difícil de conseguir experiencialmente. Desmontá-la quase que transgride território detido pela filosofia e religião. A sugestão é considerar o que se segue como uma descrição técnica e que coloque para si mesmo a tarefa de perceber como usar as ferramentas resultantes. Depois de aplicar os métodos para reinventar a realidade algumas vezes, você pode trabalhar sobre as ramificações filosóficas depois, isto é, se ainda quiser fazê-lo.

O corpo físico parece ser o ponto focal óbvio para a consciência. Quando você era criança descobriu que podia fazer o corpo mover-se e falar. Se o seu corpo se magoar, então “você” sente-o. Faz muito sentido você identificar-se com o seu corpo. À medida que vai envelhecendo, construindo a sua Caixa e a ganhar vocabulário, a Caixa diz-lhe, “Eu penso,” “Eu sinto,” “Eu quero,” e automaticamente você junta a sua Caixa ao seu corpo e assim cria a sua identidade. Você mistura as necessidades do corpo com as da Caixa e diz para você mesmo e para outros, “Eu preciso...” e ao dizer tais coisas como “Eu preciso...” está na realidade a ser bastante presunçoso. Por outro lado, questionar a necessidade de se identificar com algo é radical.

A distinção, “Eu não sou a minha Caixa,” também implica “Eu não sou o meu corpo.” Estes são os primeiros dois processos adultos iniciáticos: desidentificação do seu corpo e da sua Caixa. Ainda assim muitas pessoas preferiram morrer a perder a sua identidade. Lembre-se de Maria Antonietta que enquanto fugia de França “precisava” de novos vestidos para levar com ela, sendo que a confecção dos mesmos revelou os seus planos secretos que levaram diretamente à sua morte.

Por esta altura você deve estar a perguntar, “Tudo bem. Se eu não sou a minha Caixa, quem sou eu então?”

Vamos deixar esta questão de lado por agora. Em vez disso avancemos para obter conhecimento radical suficiente para construir uma espécie de fundações para mais inquéritos. Através de experimentação prática você irá acumular uma base experimental que torna a questão irrelevante. Procurar uma identidade sólida apenas faz sentido dentro de uma Caixa que está a tentar defender-se de expandir.

EXPERIMENTO:

A distinção “Eu não sou a minha Caixa,” torna-se notavelmente útil assim que você a aplica às pessoas mais próximas de si no seu trabalho e na sua vida caseira. Você reage emocionalmente a alguém porque quando você encontra manifestações desagradáveis suas ou dela você toma isso pessoalmente. Você reage-lhes porque pensa que “elas” estão a fazê-lo a “si”. Mas se você fizer a distinção entre a outra pessoa e a sua Caixa, então você tem subitamente opções para se relacionar e comunicar com elas que não estavam disponíveis para si antes. Você pode começar de novo completamente num novo mundo onde você nunca mais terá um conflito com outra pessoa na sua vida. Se você experienciar um conflito não é você que o tem. É a sua Caixa que tem o conflito. E a sua Caixa não está a ter o conflito com a

outra pessoa. A sua Caixa está a ter um conflito com a Caixa da outra pessoa. Você não tem na realidade qualquer conflito com a outra pessoa de todo. Aqui está a experiência. Dentro de alguns minutos, você irá certamente julgar alguém ou a si próprio criticamente. Nesse momento, quando você estiver prestes a fazer um juízo de valor, antes de gerar uma história negativa quer sobre a outra pessoa quer sobre você próprio, diga a si mesmo: Eles não são a sua Caixa! E eu não sou a minha Caixa!”. Coloque-se firmemente no seu reconhecimento e não interessa o quão fortemente você seja tentado a recusar a largar a sua clareza. Coloque uma âncora no novo território e magicamente, de repente, surge um novo mundo ante si e estende-se até à linha visível do horizonte. É um mundo de estar com os Seres das outras pessoas, de intimidades profundas e ligações não antes imagináveis. Note que o que você experienciou anteriormente como desagradável é simplesmente a sua Caixa a reagir reflexivamente à Caixa da outra pessoa como se a sua Caixa estivesse certa e a dos outros errada. Imagine isso! É engraçado não é? Duas estruturas mortas a imaginar que cada uma está certa e a outra errada quando ambas se dedicam ao mesmo propósito: sobrevivência. A partir da sua clareza neutra você pode ver que a sua Caixa não está nem certa nem errada, e que é simplesmente uma estratégia de defesa mecânica e sem vida chamada de Caixa, concebida para defender as suas posições contra toda a oposição a todo o custo. A Caixa da outra Pessoa está a fazer o mesmo. De repente o imperativo „Eu estou certo e você está errado“ evapora-se. A outra pessoa não é nem a vilã nem a heroína, sendo em vez disso transformou-se num ser, uma pessoa que tem uma Caixa com certos comportamentos mecânicos, previsíveis, tal como você. Repare que você tem mais ou menos possibilidades com esta nova perspectiva.

Desencaixotando-se consigo,

Clinton