

## SPARK 005

(Codice Matrice: SPARK005.00 per il gioco [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz))

**DISTINZIONE:** Tu stai *sempre* creando.

**NOTE:** Non hai bisogno di imparare ad essere creativo. Sei già un potentissimo creatore. L'intuizione qui è che la maggior parte di ciò che crei si trova al di fuori della tua consapevolezza ordinaria. Normalmente non riconosci che stai creando proprio in questo momento. Pensi che potresti creare a volte, ad esempio quando “sei creativo”, o quando dovresti risolvere un problema.

Ma considera la possibilità che tu stia *sempre* creando. Ogni gesto è creativo. Crei con le parole che dici e per come le dici (volume, tono della voce, tempismo). Crei con le parole che non dici (ciò che “accidentalmente” dimentichi di dire, ciò che lasci fuori). Crei attraverso dove poni la tua attenzione (intera o in parte) e da dove posizioni il tuo sguardo (anche per un istante). Crei con l'espressione che hai sul tuo viso. Crei da come ti siedi (fermo o in movimento, l'inclinazione della testa, sporgendosi in avanti, inclinandosi all'indietro). Crei a seconda di come respiri (sbadigliando, sospirando, tossendo). Crei attraverso una postura tesa o rilassata (nelle tue spalle, viso, pancia). Ogni pensiero è una tua creazione. Ogni emozione è una tua creazione. Tu crei per deduzione, insinuazione, attitudine e umore. Che cos'è che stai creando tutto il tempo? Crei sempre la realtà secondo ciò che predilige la tua Scatola. Quasi tutto questo creare è inconscio.

Come stai in piedi, come ti vesti, come cammini, come ti muovi attraverso gli spazi e come gestisci le interazioni energetiche con le persone, gli oggetti e le circostanze sono tutti gesti che creano una realtà “a misura di Scatola” per te stesso. Se metti una penna su un tavolo, dove e come posizioni la penna, sta creando una realtà. Lo sai già per quanto riguarda le altre persone. Sai già che il loro più piccolo gesto implica l'intento della loro Scatola di ridisegnare lo spazio intorno a loro. Quello che potresti non sapere è che tu determini i limiti di possibilità della tua realtà esattamente attraverso la stessa sottigliezza di gesti. Un Possibility Manager si assume la responsabilità di questi poteri estremamente creativi e pratica l'uso di questi poteri per servire scopi coscienti.

### ESPERIMENTO:

SPARK005.01 Rallenta i tuoi movimenti o accelera la tua attenzione e inizia a notare l'immenso numero di gesti che fai nell'arco di un minuto. Nota che ogni gesto è unico, separato dagli altri gesti e che ciascuno di essi ha uno scopo. Forse hai mosso la testa. Metti la tua attenzione dall'altro lato della stanza su qualcun altro per un momento. Qual era lo scopo di quest'azione? Avevi sentito un rumore e volevi sapere di cosa si trattasse? Volevi pensare a qualcosa e hai semplicemente lasciato vagare gli occhi a caso? Hai mosso la testa per alleviare la tensione nei muscoli del collo? Inizia a scoprire l'intenzione e lo scopo delle tue azioni, anche le più piccole e

diventerai consapevole di quanto sforzo creativo è dedicato a mantenere intatta la tua Scatola.

Gli stessi metodi applicati per mantenere le condizioni come sono, possono quindi essere applicati per reinventare le condizioni in modo che la realtà abbia ulteriori possibilità.

I migliori auguri,  
Clinton