

## SPARK 013

(Cod Matrice: **SPARK013.00** pentru jocul [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz).)

**DISTINCȚIE:** Poți alege, declara și cere în mod responsabil cel mai bine atunci când ești centrat(ă).

**NOTĂ:** Chiar dacă nu știi despre centrul tău, nu înseamnă că centrul tău este lipsit de importanță. Există multe lucruri despre care nu știi și care totuși te afectează semnificativ în fiecare zi a vieții tale. O abilitate de bază pentru a funcționa ca Manager de Posibilități este să știi ce faci cu centrul tău. Când știi ce faci cu propriul tău centru, știi dintr-o dată și ce faci ceilalți cu centrul lor.

Ai două tipuri de centre, un centru fizic și un centru energetic sau centru al ființei. Centrul tău fizic este echivalent cu centrul tău de echilibru sau centrul de greutate, o poziție fixă situată la jumătatea distanței dintre oasele șoldurilor, în mijlocul corpului tău. În diferite arte marțiale sau forme de vindecare orientale, centrul fizic este cunoscut ca *dan tien* sau *hara*. Managementul Posibilităților consideră acest punct centrul fizic al corpului tău.

În plus față de centrul tău fizic, ai și un centru energetic, sau un centru al ființei, care este mobil. Centrul-ființă are la început aproximativ mărimea unui grapefruit, iar prin procese evolutive ființa ta se va dezvolta și va crește.

Cultura occidentală te antrenează să-ți menții centrul ființei în cap. Dacă centrul ființei tale este în capul tău, ai tendința de a interacționa cu lumea prin intelect. Te deconectezi de sentimentele și intuiția ta; depinzi de motive și de logică liniară în loc de intuiție și de un adevărat simț al sinelui, și mai presus de orice altceva, încerci să acumulezi cunoștințe. Avantajele evidente în a avea centrul ființei în cap sunt faptul că te poți baza pe logica rece și grea pentru a lua decizii și că poți evita lumea dezordonată a sentimentelor umane. Dezavantajele centrării în cap apar atunci când încerci să ai preocupări neliniare precum relațiile, comunicarea, munca în echipă, conducerea, crearea de posibilități și angajamentul de a face ceva înainte de a ști cum să întreprinzi acel lucru. Încercarea de a crea neliniar doar cu ajutorul capului este mult prea lentă, deoarece problemele neliniare sunt prea sofisticate și complexe pentru mintea rațională.

Dacă în loc să-ți plasezi centrul ființei în cap, îți plasezi centrul ființei în centrul tău fizic, atunci vei fi „centrat(ă)”. Când ești centrat(ă), ești în posesia clarității, puterii, vocii, sentimentelor, intuiției, instinctului, echilibrului și prezenței tale. Când ești centrat(ă), principiile destinului tău te pot mișca și te pot îndruma. Când ești centrat(ă), poți funcționa cu o inteligență neliniară nelimitată de logica liniară. Și poți folosi în continuare logica liniară ori de câte ori este cazul.

Însă diferența dintre a fi centrat(ă) și a nu fi centrat(ă) este mai mare de atât. Când nu ești centrat(ă), fie ți-ai plasat centrul ființei în cap, așa cum am menționat mai sus, fie ți-ai predat centrul. De ce ai renunța la propriul centru? Ce înseamnă asta?

Poate cu mult timp în urmă ai simțit că atunci când ești centrat ești peste măsură de puternic. O asemenea putere atunci când copil poate fi o amenințare la adresa figurilor de autoritate. Ai învățat că, cedându-ți centrul, ți-ai putea știrbi suficient puterea pentru ca adulții să nu se simtă amenințați. Predarea centrului tău a creat un mediu sigur, așa că ți-ai înzestrat Cutia cu trucul adaptabilității ca strategie de supraviețuire. Fără să-ți dai seama de costurile reale ale

comportamentului tău adaptiv, Cutia ta folosește poate până astăzi această strategie. La suprafață, beneficiile de a fi adaptiv par grozave. Fără centrul tău nu ești responsabil(ă)! Figurile de autoritate sunt responsabile pentru tine! Dacă lucrurile nu merg bine, poți învinui figurile de autoritate și poți nutri resentimente față de ele!

Organizațiile tipice au atât lideri Gremlin, cât și lideri responsabili. Liderii Gremlin se înconjoară de adepți dispuși să-și predea centrul. După ce adună centrele adepților lor, liderii Gremlin se simt în siguranță, deoarece autoritatea lor nu este contestată. Dacă încerci să-ți păstrezi centrul în jurul unui lider Gremlin, va face orice este nevoie ca să scape de tine. Probabil că ai avut deja experiența de a lucra în jurul unui lider Gremlin.

Liderii responsabili se dedică formării de lideri și se străduiesc să se înconjoare cu alți lideri – oameni care își păstrează centrul, pentru că oamenii centrați sunt capabili să-și asume responsabilitatea, să ia decizii, să-și asume riscuri și să creeze rezultate. Dacă încerci să-ți predai centrul unui lider responsabil, acesta refuză să ți-l ia, refuză să joace acest joc cu tine. În schimb, liderul responsabilul te va ruga să-ți găsești centrul și să înveți cum să îl păstrezi singur(ă).

### **EXPERIMENTE:**

**SPARK013.01** Acest experiment are două părți. Le poți face pe amândouă în același timp. Învăță să distingi când îți predai centrul și când îți păstrezi centrul. Pentru a învăța când îți predai centrul, începe să observi când își predau alții centrul. Comportamentul lor adaptiv și lipsa lor de prezență sunt atât de evidente. Când îți predai centrul, comportamentul tău adaptiv și lipsa ta de prezență sunt la fel de evidente pentru cei din jurul tău.

Încearcă cineva vreodată să-ți dea centrul lui/ei? Îl accepți sau îl dai înapoi? Poți simți senzația fizică de a-ți preda centrul. Învăță să recunoști sentimentul amețitor „Eu am câștigat, tu ai pierdut! Ha-ha! Sunt în siguranță acum!”, care vine de la Gremlinul tău, când îți predai propriul centru. Detectează-ți comportamentul adaptiv observându-ți cu sinceritate postura fizică, poziționarea strategică, tonul vocii, gesturile, atitudinea și limbajul. Observă, de asemenea, că atunci când îți cedezi centrul, ești totuși responsabil(ă) pentru iresponsabilitatea ta.

Când îți plasezi centrul ființei în centrul fizic, poți experimenta fizic această senzație. Învăță să recunoști sentimentul de a fi centrat(ă). Ai aceste simțuri: văz, auz, miros, gustului și simțul tactil. Exersează o percepție senzorială suplimentară, aceea de a fi centrat(ă), trăind constant în interiorul acestei întrebări: „Unde este centrul meu în acest moment?” Amintește-ți că există o diferență între a fi adaptiv, adică a-ți ceda centrul, și a fi tolerant, iertător sau blând, care sunt principii responsabile. Unora s-ar putea să nu le placă dacă încetezi să fii adaptiv și în schimb îți păstrezi centrul când ești în preajma lor. Aceasta este problema lor. Pe de altă parte, ai grijă să nu fii pur și simplu răutăcios și să cauți răzbunare.

**SPARK013.02** Din momentul în care te trezești până în momentul în care adormi, adică toată ziua, în fiecare zi săptămâna aceasta, nu te adapta la nimic. Vezi ce se întâmplă.