

SPARK 14

(Matrix Code: **SPARK014.00** for StartOver.xyz game.)

DISTINCTION : Tu peux avoir accès à de nouvelles possibilités en minimisant ton MAINTENANT.

NOTES : Ta relation fonctionnelle avec la taille de MAINTENANT peut changer. Si tu n'as aucune intention regardant la taille de ton MAINTENANT, alors ton MAINTENANT est de la taille que les mécanismes automatiques de défense de ta Box décident. La Box se défend du changement en créant l'illusion pour toi que MAINTENANT est très grand. Créer un grand MAINTENANT est comme ajouter des sacs de sable à un ballon gonflable rendant le ballon trop lourd pour s'envoler.

Si ton MAINTENANT est grand alors il s'étend dans le passé et contient des conclusions, des échecs, des ressentiments, et des excuses venant de minutes, de jours, de semaines ou d'années avant MAINTENANT. Un grand MAINTENANT s'étend aussi dans le future incluant des fantômes, des peurs, des images, des raisons, des attentes et des variables inconnues qui peuvent être des minutes, des jours, des semaines ou des années devant toi. Porter un tel poids émotionnel, relationnel, logique et psychologique minimise les possibilités pour le changement et maximiser les chances que les choses resteront les mêmes. C'est exactement ce que la Box aime.

Ton boulot en tant que Possibility Manager est de décider comment *tu* aimes les choses. Réinventer la réalité ne peut être accomplis que maintenant. Pour avoir accès au point de levier où tu peux te réinventer ou réinventer d'autres personnes, il est préférable d'avoir un MAINTENANT minimisé.

Lorsque ton MAINTENANT est minimisé, les choses deviennent intéressantes. Avec un MAINTENANT minimisé, il n'y a plus assez de place pour des histoires. Lorsque tu retires ton maintenant de ton passé et de ton future afin que ton MAINTENANT n'inclue que ce moment maintenant et maintenant et maintenant, alors les interprétations, les significations, les insinuations, les hypothèses et les attentes, toutes disparaissent. C'est ainsi parce que les histoires existent dans le temps. Dans le MAINTENANT, il n'y a pas de temps. Avec un MAINTENANT minimisé, ce qui te reste est juste ceci : le présent.

La valeur de minimiser MAINTENANT réside dans le fait que ici et MAINTENANT, tu as le pouvoir. Le pouvoir est l'habileté de créer, de prendre des décisions, de prendre action, de choisir, de demander, de déclarer, de changer les choses, et de faire des distinctions et ainsi de suite. Bien que tu as des compétences et du savoir que tu as acquis dans le passé et bien que tu as des plans et des engagements qui s'étendent dans le future, exercer ton pouvoir ne peut se faire que MAINTENANT.

EXPÉRIMENTATIONS :

SPARK014.01 Minimiser MAINTENANT ne peut se faire que MAINTENANT. Entraîne toi à minimiser ton MAINTENANT une fois par heure pendant une semaine. Règle ta montre pour qu'elle sonne toutes les heures. Chaque fois qu'elle sonne, pèse ton bagage. Es-tu dans une histoire à propos de quelque chose ou de

quelqu'un? Es-tu en train d'utiliser la colle-EST? As-tu des attentes? Es-tu en train de te justifier? Es-tu en train de créer des suppositions? Es-tu dans un fantasme? As-tu de la rancœur? Es-tu en train de projeter sur quelqu'un quelque part d'autre? Es-tu en train de projeter une situation dans le future? Est ce que tu as des raisons ou des excuses? Es-tu en train de trouver un sens aux choses? Es-tu en train d'interpréter les circonstances? Es-tu en train de faire des insinuations? Es-tu impliqué dans des souvenirs du passé, des conversations internes avec quelqu'un qui n'est pas là ou imagines-tu un autre endroit ou un autre temps? Si la réponses à l'une de ces questions est oui, alors ton MAINTENANT n'est pas minimisé.

L'expérimentation est, de manière répétée, éliminer tout ce qui n'est pas réel. Pour les besoins de cette expérimentation, suppose que ce qui ne se passent pas MAINTENANT n'est pas réel. En faisant ceci, tu vas peut être découvrir que tu as une nouvelle facilité à être gentil, généreux et serviable. Tu découvriras peut être la joie de simplement donner ce qui est voulu et nécessaire dans le moment.

Quelle est la taille d'un MAINTENANT minimisé? Aussi grand qu'il faut pour prendre une nouvelle décision (une second pour décider, deux secondes pour réordonner la Box). Si tu acceptes ce qui est, comme il est, dans le moment ici et MAINTENANT, sans jugement, alors le prochain moment est totalement libre pour être quelque chose de complètement différent. Ça c'est le Management des Possibilités !!!