

SPARK 025

(Código de Matriz: **SPARK025.00** para o jogo StartOver.xyz)

DISTINÇÃO: A Caixa sobrevive em uma realidade verbal. Existem outras realidades.

NOTAS: Sem perceber, você há muito tempo tem sido treinada pela escola e pela mídia para trocar a sua experiência direta do que acontece ao seu redor no mundo por uma descrição verbal sumária e auto-gerada. Sensações de visão, tato, som, cheiro e gosto acontecem, mas você se dedica a formular estas experiências em sentenças em sua mente antes de se relacionar com elas como realidade. Qualquer experiência que desafia ou desagrade a sua maquinaria de construir sentenças se torna invisível para você.

A sua Caixa dá nomes às coisas. Ao nomear as coisas, você pensa que pode controlá-las. Você olha para o telefone e a sua Caixa pronuncia o seu nome: "telefone". Você olha para uma cadeira e a sua Caixa pronuncia "cadeira". Você já sabe o que pode fazer com um telefone ou uma cadeira, portanto, uma vez que você tenha construído uma frase sobre isso, você está segura. Quando você se encontra com um objeto ou com uma experiência para a qual você não tem um nome, você geralmente responde com uma destas duas estratégias:

- 1) Você classifica o objeto com o nome mais próximo que tiver.
- 2) Você o faz desaparecer do seu mundo. O que você não pode nomear, você não pode ver.

Você não percebe com que frequência está usando a estratégia número dois. Utilizar a estratégia número dois tem enormes consequências.

Restringir-se à realidade verbal da Caixa faz com que você aprenda apenas a partir daquilo que você já sabe. Para poder se mover em direções não lineares como uma *Possibility Manager* (Gerenciadora de Possibilidades), você precisa recuperar o seu acesso a um mundo sem palavras de experiência direta para que você possa entrar e aprender sobre o que você ainda não sabe.

EXPERIMENTOS:

SPARK025.01 Desenvolva as suas habilidades para sair da realidade verbal e entrar na realidade experiencial. O método para sair da realidade verbal é bastante simples. Coloque a sua atenção na sua atenção e pare a engrenagem automática da sua Caixa que faz gerar nomes automaticamente. Observe um objeto com o qual você está completamente familiarizada (por exemplo: o seu relógio, uma porta, a calçada) e se recuse a saber o que é. Recuse-se a dar-lhe um nome. Não tirar conclusões sobre o que algo é instantaneamente a retira da realidade verbal e a leva à realidade experiencial. Não saber com o que nomear algo faz com que esse algo reivindique as suas qualidades experienciais repentinamente. Você entra em um estado de receptividade e desconhecimento que deixa um vasto espaço para que algo novo e surpreendente surja no lugar do habitual e do previsível. No início, esta experiência pode parecer quase intoleravelmente intensa. Faça dela uma brincadeira de criança. Não a leve tão a sério. Brinque e seja amigo das coisas, mesmo que você não as

saiba nomear. Faça esta simples experiência por alguns minutos a cada manhã e um alguns minutos a cada tarde.

Após alguns dias, você pode começar a perceber que as coisas ao seu redor voltam à vida de uma morte que você não sabia que as estava forçando. Quando você inibe o gerador de nomes de espremer cada objeto e experiência em uma caixa de sapatos que é três números abaixo do tamanho real, o que resta é uma rica variedade de experiências e uma realidade da qual você não pode se apoderar completamente e administrar da maneira usual. Até mesmo os objetos e as experiências mais comuns se tornam altamente agradáveis de uma forma muito sensual. As coisas fluem umas nas outras e evoluem em coisas diferentes por si só. Relações mais sofisticadas, elegantes e complexas revelam-se. Ao abster-se do hábito de nomear você abre espaço para possibilidades muito maiores.