

**SPARK 061**

(Código de matriz: **SPARK061.00** para o jogo [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**DISTINÇÃO:** Duas coisas não podem ocupar o mesmo espaço ao mesmo tempo.

**NOTAS:** Tu podes ter medo que um meteorito possa cair na tua casa e que todos possam morrer. Podes ter medo de que terroristas façam explodir o próximo avião em que estás, ou que o teu avião possa cair no Atlântico Norte e tu possas congelar até à morte no gelo. Podes ter medo de não fazer o teu trabalho e de que teu negócio vai falhar. Podes ter medo de que teu companheiro esteja a ter um caso com outro homem ou mulher, ou que o teu cônjuge não te ama mais. Podes ter medo que vais morrer de alguma doença terrível. Podes ter medo de que um de teus filhos morra. Podes ter medo de que, se ficares rico, as pessoas ficarão com ciúmes e te vão destruir para retirar o teu dinheiro. Podes ter medo de que, se fores grande, poderoso e bem-sucedido, te vais tornar visível, invejado pelos outros e atacado ou traído. Podes ter medo de que, se fores bonita ou radiante, possas ser estuprada. Podes ter medo de que, se liderares pessoas e se cometeres um erro, elas podem morrer, e a culpa será tua. Podes ter medo de te lançar numa legião com o lado negro novamente. Podes ter medo de que tuas ações ou omissões, os teus dons psíquicos únicos, as tuas experiências extraordinárias, ou as tuas inadequações possam ser relatadas às autoridades e então que possas ser levado, preso ou morto.

Tu és muito criativo sobre o que podes ter medo. Esses são todos os medos que podes ter e sabes que podes ter porque tu já os sentiste. Tu também leste os jornais e estudaste os livros de história. A tua Caixa tem evidências para *provar* que esses medos são razoáveis. Essas coisas já aconteceram com outras pessoas no passado. Elas poderiam acontecer contigo no futuro. Talvez até tenhas feito um voto durante muito tempo de forma a lembrar do medo para que tu tomes cuidado para nunca deixar essa mesma coisa acontecer novamente.

Para ser eficaz, ajuda se tu, como Gestor de Possibilidades, fizeres a seguinte distinção: *Qualquer medo que não seja sobre o que está a acontecer aqui e agora é imaginário.*

(Não estou a falar sobre usar o medo de forma inteligente para fazer planos, ficar alerta, ser preciso, aprender, ser autêntico, criar a partir do nada, ou qualquer um dos outros usos práticos do medo. Estou a falar sobre usar inconscientemente o medo para evitar estar presente).

Se trazes medos imaginários para o presente, então o presente em si não está disponível para ti. Duas coisas não podem ocupar o mesmo espaço ao mesmo tempo.

Tu escolhes o que rege cada um dos teus momentos: o presente ou o não-presente. Nenhuma escolha é boa nem má. No entanto, elas produzem resultados muito diferentes.

Esta distinção sobre medos imaginários dá-te uma nova escolha. Se quiseres ter esta escolha, então deves continuar a fazer a escolha uma e outra vez em cada momento. Quando tu vês a evidência indiscutível de teres um medo imaginário, agora podes escolher não ir para lá. Em vez disso, coloca uma pequena placa de sinalização na tua mente que diz: "NÃO VÁS LÁ!" Quando vês este sinal, podes treinar para virar e ires para outro lugar.

Porque tu escolherias não ter medo imaginário? Porque tu já sabes como é viver com medo imaginário. Tu sabes que o medo imaginário te coloca numa posição impotente porque tu não podes mudar o futuro ou o passado. Tu sabes que o medo imaginário é infinito, intenso e viciante, e que tu podes usar (e ter usado) esse medo para justificar fingires ser uma vítima. Tu usaste o medo imaginário como um motivo para te vingares. E tu sabes que, ao trazeres um medo imaginário, tu podes destruir metodicamente o que é possível no momento presente, especialmente a intimidade, vulnerabilidade, amor, confiança e relacionamento.

## **EXPERIMENTOS:**

**SPARK061.01** O experimento é manter o presente livre de medos imaginários. A distinção necessária para fazeres neste experimento é a distinção entre o que é, o que realmente está a acontecer agora e o que tu imaginas que pode estar a acontecer agora. O que está realmente a acontecer é neutro e sem significado. O que tu imaginas que poderia possivelmente estar a acontecer é estrategicamente criado momento a momento para servir aos propósitos inconscientes da tua Caixa.

Para praticar o discernimento entre o que realmente está a acontecer e o que imaginas que poderia possivelmente estar em andamento, lembra-te de fazer este experimento, especialmente quando estiveres com as pessoas mais próximas de ti na tua vida. Quando estiveres com o teu chefe, o teu companheiro, os teus filhos, os teus pais ou vizinhos, pergunta-te persistentemente: "O que *realmente* está a acontecer?" Mantém o teu "detector de mentiras" definido para alta sensibilidade e tem uma forte intenção de observar a tua Caixa com clareza.

Cria o desejo de ver o que realmente está a acontecer, mesmo que o que tu vês não seja o que tu esperas ver, mesmo se o que vês não é o que as outras pessoas querem que tu acredites que está a acontecer.

No instante em que tu sejas tentado a trazer um medo imaginário, martela o sinal de "NÃO VÁS LÁ!". Em algum ponto durante o desenvolvimento da capacidade de detectar a diferença entre o que está realmente a acontecer e o que a Caixa quer que tu imagines que está a acontecer, de repente perceberás que terás um momento de paragem na sala do sinal "NÃO VÁS LÁ!". Neste precioso momento de oscilação, tu tens a escolha entre entregares-te a futuros imaginários com estratégias do passado, ou ficares num sempre novo presente incognoscível, desdobrando-te. Isso ajuda-te a lembrar: Tu só pode estar num relacionamento no presente. Duas coisas não podem ocupar o mesmo espaço ao mesmo tempo. Se trouxeres medos futuros, talvez nunca experimentes realmente quem é essa pessoa que está diante de ti.