

## SPARK 115

(Código de matriz: **SPARK115.00** para o jogo StartOver.xyz.)

**DISTINÇÃO:** Ser boazinha/bonzinho é comida de Gremlin.

**NOTAS:** Há uma diferença entre ser boazinha/bonzinho e ser responsável - entre ser boazinha/bonzinho e ser autenticamente você mesma/o.

Ser boazinha/bonzinho é um conjunto de padrões comportamentais que podem ter sido impressos por você desde a infância pelos pais, professores ou outras figuras de autoridade que pensavam estar fazendo você ser socialmente funcional ou estavam apenas se fazendo sentir confortáveis às suas custas.

Talvez eles tenham dito: *Chiuuuuu! Pare com isso! Seja boazinha/bonzinho! Se aprume! Seja uma boa garota/ um bom garoto. Meninas boazinhas/meninos bonzinhos não fazem isso. Não há nada a temer. Você tem isso tão bom. Se você não se comportar, eu realmente vou-te dar algo para você chorar. Cresce! (significado: fique anestesiada/o!) Onde está meu anjinho dócil? Coloque um sorriso bonito!*

Talvez esse sorriso bonito salvou a sua vida. Talvez você tenha usado esse sorriso tantas vezes e por tanto tempo que ele já não sai mais. A sua cara já se moldou à sua forma. Você se olha no espelho e faz o sorriso charmoso, pondo você em um estado de transe familiar: *Sim, estou bem. Tudo está bem.* Se você está bem, então todo o mundo está feliz. Quase todo o mundo...

Ser boazinha/ser bonzinho é um dos vários *drivers* que a sua Caixa pode adotar como estratégia de sobrevivência padrão. Um driver é um impulso habitual de sobrevivência da sua Caixa. Drivers são úteis até ao meio da sua adolescência onde você iria naturalmente começar o seu rito de passagem à fase adulta. As iniciações têm sido esquecidas pela cultura moderna para que a sua autenticidade adulta ficasse encurralada por detrás dos seus drivers de criança. Drivers adicionais incluem: *Tente arduamente! Se apresse! Seja forte! Agrade as autoridades! Seja perfeita/o!* (Estas cinco afirmações drivers foram distinguidas em 1975 por Taibi Kahler na âmbito da Análise Transacional. As suas frases opostas, os *drivers* de negação, foram distinguidas em 2007 pelo Clinton Callahan no âmbito do Possibility Management.) Drivers de negação incluem, *Seja desonrosa/o!* ou *Seja ruim!* (em vez de ser boazinha/bonzinho), *Não tente sequer!* (em vez de tente arduamente), *Procrastine!* ou *Seja lento!* ou *Chegue atrasado!* (em vez de se apressar), *Seja uma vítima fraca!* (em vez de seja forte), *Traia as autoridades!* (em vez de agrade as autoridades), *Faça besteira/bagunça!* ou *Seja um fracasso!* (em vez de seja perfeita/o).

Como ser boazinha/bonzinho é comida de Gremlin? Se você está sendo boazinha/bonzinho, então você está evitando estar presente. Se você não está presente, então você não tem o seu centro, a sua autoridade, ou o seu poder para agir conscientemente. O driver é *Seja boazinha/bonzinho!* enganosamente escamoteia para a superioridade, ressentimento, ou negação. Os drivers retiram o seu poder e inteligências arquetípicas dos seus sentimentos adultos. Tudo o que

you can get in exchange for being nice/nice is a reciprocal inauthenticity of others. You can also see the reprise of the serial.

To detect when a driver is driving you, observe the words you use while you are talking and thinking. Drivers use words like: *devia, não devia, tem de, não tem de, ter de, não pode, sempre e nunca*. These are Gremlin words because they divert you from taking responsibility. Your personal authority is subverted by external roles, moral or customs, allowing the Gremlin to avoid responsibility for its own actions and inactions.

For example, if someone is using you as an emotional trash can for their perturbations, your driver *Seja boazinha/bonzinho!* can block you from saying, "*Desculpe interromper, mas eu não estou disponível para este tipo de conversa. Se você desejar eu posso dar a você uma distinção que irá trazer clareza para você tomar ação que pode criar resultados diferentes, mas eu não estou disponível para me manter passivamente escutando você.*" The driver *Seja boazinha/bonzinho!* substitutes your personal authority with the imperative: *Você não pode ser rude*, while your Gremlin gets full of anger until it/they can go home and unload on their partner that night.

O/A Gremlin avoids responsibility, providing for being controlled/a. You are equally controlled/a by what you choose as by what you obey. This means that being nice is not better than being bad, if you are a driver. Both provide abundantly with Gremlin food.

If you have a meeting with your parents at 11 AM and your driver is *Se despacha!* then you will be stressed/a and running back like the Chaplain Maluco, even if you have enough time to get there. But if your driver is *Chegar atrasado! Trai eles!* or *Seja um fracasso!* then all types of incidents and accidents unimaginable will occur to make it impossible for you to get on time. Instead of creating responsible results, you will create excuses irresponsible, which is primarily, Drama Low, Gremlin food. By conforming with your drivers, o/a Gremlin feeds on your life.

## **EXPERIMENTOS:**

**SPARK115.01** Use non-violence non-conformity with your drivers. First, discover which are your drivers. To do this, memorize the following words: *devia, não devia, tenho, não tenho, posso, não posso, ter de, sempre e nunca*. Especially *sempre e nunca*. Then each time you use these words, ask yourself the same/a implacably why. Ask, *O que me está motivando?* Ask until you get an answer. Each time you hear someone use a driver, ask the same question. *O que os está motivando?*

**IMPORTANT:** While you observe yourself, *não se julgue*. Self-observation is neutral or then it becomes self-flagellation. *E, não tente mudar o seu comportamento*. Change of behavior does not come from trying to change your behavior. Change of behavior comes from expanded consciousness.

Auto-observação constrói a matriz para permitir expansão da consciência. Observe o que você faz escrutinado os detalhes, e experiencie exatamente o que acontece dentro de você e à sua volta. A chave para ser capaz de fazer algo diferente é ser claro/a sobre o que você está fazendo agora. Isto significa ganhar clareza sobre o que está encaminhando você e como o seu/sua Gremlin beneficia disso tudo.

Quando você apanha uma afirmação driver (*Seja boazinha/bonzinho!*) ou uma negação driver (*Seja um fracasso!*), investigue ainda mais fundo sobre o que está realmente se passando. *Quem diz eu tenho de ser boazinha/bonzinho, ser forte, tenho de ser perfeita/o? Quem diz eu tenho de ser ruim, tenho de trair, tenho de ser a vítima?* Pergunte até ter respostas. Se lembre dessas respostas.

Depois pergunte, *quem determina o que é rápido o suficiente, o que é se esforçar o suficiente, o que é agradar o suficiente?* Pergunte, *o que acontece se você não obedecer a estes condutores? Que coisas ruins podem acontecer? Que coisas boas podem acontecer?* Qual destas três frases me motivam mais? Depois escolha uma afirmação motivadora (*Seja perfeita/o!*) e uma negação motivadora (*Estar atrasado!*) e durante toda a semana, não importa o que aconteça, não cumpra nenhuma delas. Agora você tem alguns experimentos interessantes para fazer.