

SPARK 135

(Código de Matriz: **SPARK135.00** para o jogo StartOver.xyz)

DISTINÇÃO: Deus não descansou no sétimo dia.

NOTAS: Esta pode ser uma daquelas SPARKs que parecem um pouco estranhas para a tua “caixa” lidar neste momento. Se for o caso, tudo bem. Guarda-a na tua mente para usar mais tarde. Por outro lado, esta SPARK pode ser transformadora para ti. Eu aposto nesta segunda hipótese.

Já reparaste como, mesmo depois de anos de trabalho de desenvolvimento pessoal, de aprenderes a estar [Centrado](#), de fazeres as pazes com os teus pais, de assumires [Responsabilidade Radical](#) pela tua vida, de te [Observares a ti mesmo](#), etc., ainda há momentos em que te sentes exausto, irritado, deprimido, sobrecarregado ou autodestrutivo, aparentemente sem razão nenhuma? Podes pensar que, se resolveres algum problema vago, esses estados irão desaparecer. Mas não desaparecem. Voltam misteriosamente, uma e outra vez. Já te aconteceu? Conheces alguém que, de repente, se isola sem explicação?

Esta SPARK sugere que talvez esses estados não tenham origem num trauma de infância que desaparece com um [Processo de Cura Emocional](#). Pode haver algo completamente diferente a acontecer aqui, algo sobre o qual a cultura moderna oferece poucas distinções úteis.

Este SPARK apresenta a *Teoria das Entidades Parasitárias* e a possibilidade de te tornares um *Caçador de Gatilhos*.

Se usássemos a história da criação cristã como uma metáfora aqui, então diríamos: Deus NÃO descansou no sétimo dia. A implicação é: nem todas as formas de vida na galáxia têm corpos físicos. Algumas são [estruturas dissipativas](#), ou seja, estruturas que são sustentadas pela energia que flui através delas (como um tornado, uma memória, ou uma cultura). Isto foi descrito por [Ilya Prigogine](#), um físico-químico belga, no sua Teoria das Estruturas Dissipativas, que aliás lhe valeu o Prémio Nobel em 1977.

Girar um vórtice no Campo Geral da Consciência pode criar uma "singularidade de consciência», algumas das quais se sustentam sugando energia da vida orgânica na terra, como a tua.

Cada um de nós cria uma [Estratégia de Sobrevivência](#) para nos ajudar a sobreviver à nossa infância. Muitas vezes, essa Estratégia de Sobrevivência tem a intenção de auto-desempoderamento. Porquê? Porque se tu tens muita energia, talvez possas usá-la para mudar algo em torno da tua vida. A tua Estratégia de Sobrevivência ou [Caixa](#) (Box) vai surtar pensando que se algo mudar tu não irás sobreviver.

Começa por assumir que o teu estado de "sentir-te péssimo" é a experiência de estares a ser alimentado por entidades vampiras energéticas. Esse estado "em baixo" dura até que as entidades fiquem cheias, arrotam, adormecem e libertam-te. Depois, através do sono, da luz do sol, da respiração, de beber água, fazer exercício e comer, a tua energia vai regressando gradualmente, e o ciclo repete-se.

O que descobrimos é que tu próprio te abres como um Café ao dizeres a ti mesmo uma "Frase-Gatilho", um pensamento que te retira poder, e que validas ao encontrares pequenas provas nas circunstâncias à tua volta. A tua história sinaliza às entidades vampiras que o Café está aberto. E então: slurp, gulp, nham-nham, e durante horas ou dias a tua energia é drenada. Quanto mais desenvolves o teu Ser, mais apetitoso te tornas para entidades vampiras famintas.

NOTA: O álcool é um gatilho que chama rápida e profundamente uma entidade alcoólica para se alimentar de ti. Um simples cheiro a álcool já é suficiente como gatilho (vê o filme *Flight* com Denzel Washington), mas o tema do álcool é abordado numa outra SPARK (SPARK 017).

Algumas Frases-Gatilho que descobrimos até agora são: *Estou a perder algo. Estou sozinho/a. Abandonaste-me. Não sou útil. Não sou especial para ninguém. A minha alegria desapareceu. Ela não me ama realmente. Eles podem fazer isso e eu não. Excluem-me. Tu podes expressar os teus sentimentos, mas eu não. Pensas que sou estúpido/a. Não me encaixo. É tudo demais. A diversão acabou. Não me consigo proteger. Não sou suficientemente bom/boa. É desesperante. Não tenho poder. Só causo dor às pessoas.* Reconheces alguma destas?

Quando dizes uma Frase-Gatilho a ti mesmo na tua mente, ela soa como um sino de jantar, chamando entidades vampiras. A tua Frase-Gatilho é o teu feitiço de invocação para chamar entidades para um almoço grátis no buffet do teu "coração, mente e pescoço".

À medida que navegas por [projetos](#) maiores, torna-se cada vez mais importante fechar o bar de almoço das entidades para poderes usar a tua energia na criação do teu destino. Pode ser que o momento de fechar o teu Café de entidades seja agora. Se for o caso, as entidades já sabem disso. Não te preocupes. Elas não vão morrer à fome. Há muitos "[zombies](#)" por aí que elas podem usar como alimento. Pode não ser tão saboroso para elas... mas fome não passam.

EXPERIMENTOS:

Este experimento tem 3 fases: Torna-te um Caçador de Gatilhos, Fecha o Café e Torna-te um Profissional.

SPARK135.01 TORNA-TE UM CAÇADOR DE GATILHOS O teu maior sucesso será capturar a tua primeira Frase-Gatilho. Até rastreares e capturares a tua primeira Frase-Gatilho, **não** leias a FASE 2. Para apanhar uma Frase-Gatilho, permanece no presente com alegria durante semanas seguidas. Observa cada momento em que passas para um estado irritado, esmagado, rabugento, depressivo ou de "sozinho/a na minha caverna". Nesse instante, lembra-te da frase que pensaste mesmo antes da mudança de humor. **Essa é a tua Frase-Gatilho!** Escreve-a IMEDIATAMENTE na parte de trás do teu *Beep! Book*. As emoções intensas e misturadas que são desencadeadas e disparam nas tuas veias fazem-te acreditar que a Frase-Gatilho é verdadeira. Mas **não é verdade**. É uma história. Provavelmente tens entre **15 a 20 Frases-Gatilho**. **DEPOIS DE CAPTURARES PELO MENOS 10 FRASES-GATILHO NO TEU BEEP! BOOK**, regista o teu *Matrix Code* em [StartOver.xyz](#), e só depois lê a

World [Copyleft](#) © 2023 by [Clinton Callahan](#). [Creative Commons BY SA International 4.0 License](#). Please share the SPARKs. <https://sparks-portuguese.mystrkingly.com>. Free weekly Eng SPARKs <http://sparks-english.mystrkingly.com/#subscribe-to-sparks>. Free subscription to monthly [Possibility Management Newsletter](#) or [Newest SPARKs](#). Thanks for experimenting. Experimenting [builds matrix to hold more consciousness](#). Powered by Possibility Management <http://possibilitymanagement.org>.

FASE 2. Combina com um *Spaceholder* para te acompanhar neste próximo experimento.

SPARK135.02 FASE 2: FECHA O CAFÉ Identificar a formulação exata das Frases-Gatilho que usas para chamar entidades parasitas dá-te a opção de fechar o teu Café. Se compreendes estas palavras, ganhaste a capacidade de mudar os teus acordos de alimentação com entidades.

Quando estiveres pronto para fechar o teu Restaurante de Entidades “tudo o que puderes comer”, aberto 24h por dia, 7 dias por semana, 365 dias por ano, o procedimento é formal e segue exatamente o seguinte processo. Isto funciona melhor se estiveres realmente no estado de irritação ou sobrecarga, o que indica que uma entidade está a alimentar-se de ti neste momento.

Contacta rapidamente um *Spaceholder* experiente para este processo. (Seria inteligente combinares isto com antecedência, para teres um *Spaceholder* “de prevenção” para ti, como seu Cliente.)

INSTRUÇÕES PARA O SPACEHOLDER ESTÃO EM MAIÚSCULAS. O *GUIÃO DO SPACEHOLDER ESTÁ EM ITÁLICO*. SPACEHOLDER: LÊ AS SEGUINTE INSTRUÇÕES AO TEU CLIENTE. DIZ-LHE PARA REPETIR EM VOZ ALTA E COM FIRMEZA O QUE LHE ESTÁS A DIZER PARA DIZER, E DEPOIS PEDE-LHE QUE TE RELATE O QUE VÊ OU OUVI ENERGETICAMENTE EM RESPOSTA.

MANTÉM-TE DE PÉ. LÊ LENTAMENTE E COM FIRMEZA AS SEGUINTE PALAVRAS EM ITÁLICO AO TEU CLIENTE: *Por favor, senta-te. Inspira profundamente. Fecha os olhos. Coloca a tua Atenção no teu Centro Energético, depois usa a tua Intenção para mover o teu Centro Energético de onde quer que esteja para o teu centro físico, para que fiques Centrado.*

DIZ: *Usa o teu “Clicker” (significa: estala os dedos uma vez) para conectares o teu Centro Energético ao centro da Terra com o teu Cordão de Enraizamento. Depois, estala os dedos novamente para Declarares a tua Bolha de Espaço Pessoal. De que cor é o teu cordão de enraizamento? **ELES PODEM DIZER-TE QUALQUER COR.** Obrigado.*

DIZ: *Faz uma respiração profunda. Agora diz com firmeza às entidades que estão a alimentar-se de ti: “Olá, Entidades Parasitas.”*

ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ENQUANTO ELES DIZEM ISTO, DEPOIS ADICIONA: *Mantém a tua atenção nas entidades enquanto me ouves. Normalmente é um grupo de entidades que se torna visível, embora possa ser apenas uma, ou o grupo pode ter um líder dominante. Mantém o contacto com as entidades. Diz-me o que vês. **OUVE O QUE ELES TE DIZEM.***

DIZ: *Agora diz às entidades: “Durante muito tempo, tenho-vos fornecido uma refeição regular com a energia da minha vida.”*

ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ATÉ QUE O TEU CLIENTE DIGA ISTO CLARAMENTE E COM FIRMEZA. DEPOIS PERGUNTA-LHE: Como reagem as entidades? OUVÉ.

DEPOIS DIZ: *Continua a observar as entidades enquanto me ouves. Normalmente, as entidades ficam ansiosas porque consegues vê-las, mas estão a ouvir-te.*

ESPERA ALGUNS SEGUNDOS, DEPOIS DIZ: *Usa o teu “clicker” (estala os dedos) para criar uma [Espada de Clareza](#) apontada à garganta de cada entidade, mesmo que sejam muitas. Estala os dedos para criar cada Espada. Podes parecer um deus hindu com tantos braços e espadas, mas isso é necessário agora. Não é preciso atacar, apenas manter atentamente as tuas espadas junto às gargantas das entidades e permanecer presente e atento. Não te distraias.*

DIZ: *Mantém as tuas Espadas de Clareza quase a tocar-lhes as gargantas e diz com firmeza: “Até agora, estava tudo bem para mim alimentar-vos com a energia da minha vida. Eu queria fazer isso.”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ENQUANTO ELES DIZEM ISTO.**

DIZ: *Agora diz: “Mas agora aprendi coisas novas e [mudei de ideias.](#)”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ENQUANTO ELES DIZEM ISTO.**

DIZ: *Diz com firmeza às entidades: “Este acordo acabou.”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ENQUANTO ELES DIZEM ISTO. GARANTE QUE O TEU CLIENTE O DIZ COM DUREZA E EM VOZ ALTA, E QUE A MENSAGEM É RECEBIDA PELAS ENTIDADES. SE NÃO FOR, EXIGE QUE REPITA ATÉ QUE A MENSAGEM SEJA ENTENDIDA. DEPOIS CONTINUA.**

DIZ: *Diz com firmeza: “Este restaurante está agora FECHADO! Já não podem alimentar-se aqui.”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS ENQUANTO ELES DIZEM ISTO.**

DIZ: *Mantém a tua atenção nas entidades enquanto me ouves. Pode haver qualquer tipo de reação neste momento. Na maioria das vezes, elas tentarão fazer-te adormecer novamente, esquecer esta conversa, distrair-te ou confundir-te, ou fazer-te duvidar. Não faças nada disso. Permanece com atenção inabalável a todas as entidades. Mantém as tuas Espadas apontadas às suas gargantas. Observa o que acontece. **FAZ UMA PAUSA POR UM MOMENTO.***

DIZ: *As entidades podem estar atrás de ti, acima ou abaixo. Podem mover-se ou permanecer imóveis. Mantém-te no presente. Permanece centrado. Continua a respirar. Mantém as tuas Espadas apontadas a cada uma delas, mas não ataques. Diz-me brevemente o que observas. **OUVÉ.***

DIZ: *Agora pergunta às entidades: “Têm de competir com outras entidades vampiras para obter alimento suficiente para vocês?”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS, DEPOIS DIZ AO TEU CLIENTE O SEGUINTE:** *Mantém a tua atenção nas entidades enquanto me ouves. Esta é uma pergunta surpreendente para as entidades, porque, por um lado, expressas preocupação com o bem-estar futuro delas. Por outro lado, elas*

revelam-te que não têm medo de passar fome. Há muito para comer ao sugar a energia vital de muitos outros humanos disponíveis na Terra. Podem ficar tristes por terem de partir, pois eras uma refeição particularmente saborosa para elas. Mas já sabem que é um processo natural para um ser humano ganhar consciência suficiente para descobrir que as entidades parasitas estão presentes e ter [Vontade Consciente](#) suficiente para decidir fechar o Café. Repara que as entidades estão bem em seguir em frente. **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS.**

DIZ: *Respira fundo e diz estas palavras, mas não com raiva ou agressividade, apenas com clareza firme sobre a tua decisão de que isto aconteça agora: “Muito bem então! Fora daqui! Vão-se embora! Saiam do Café AGORA! Desapareçam! Saiam de mim agora e nunca mais voltem!”* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS.**

DIZ: *Isto é como falar com cachorrinhos ou baratas. Pode ser necessário pulverizar a última entidade com Spray de Baratas para que ela saia. Quando a última entidade sair, fecha e tranca a porta do teu Café. Passa o ferrolho. Apaga as luzes. Vira o letrero de ABERTO para que se leia FECHADO. Desliga o néon.* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS**

DIZ: *Respira fundo novamente. Mantém-te totalmente alerta. Observa o que está a acontecer fora do Café e relata-me brevemente o que vês.* **OUVE DURANTE ALGUNS SEGUNDOS.**

DIZ: *Por vezes, uma ou duas entidades ficam à frente do teu restaurante a pensar que podes mudar de ideias. Mantém-te resoluto e certo de que o teu Café está agora fechado para sempre.* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS.**

DIZ: *Quando as entidades tiverem ido embora, respira fundo. Mantém as tuas Espadas de Clareza prontas e, lentamente, abre os olhos.* **ESPERA ALGUNS SEGUNDOS.**

DIZ: *Esta mudança está concluída. O teu Café está agora fechado.*

Agradece ao teu Placeholder.

SPARK135.03 FASE 3: TORNA-TE UM PROFISSIONAL A partir de agora, vê-te como um Caçador de Gatilhos. Esta foi a [Iniciação](#) de assumir uma Responsabilidade Radical pelo que escolhes alimentar com a tua Atenção e energia. A Teoria das Entidades Parasitárias poderia substituir muita psicoterapia, medicamentos para o cérebro, hospitais e prisões, talvez até mesmo a guerra.

Nos próximos meses, mantém-te alerta. Mantém a tua atenção e o teu [Beep! Book](#) prontos. Caça sinais de Gatilhos. Sempre que começares a cair nesse estado exausto, frustrado, passivo-agressivo, sobrecarregado, contraído, encontra a Frase do Gatilho. Quando a apanhares, grita: “Apanhei-te!” Escreve imediatamente a frase exata na tua lista de **FRASES DE GATILHOS** no teu Beep! Book.

Se uma Frase de Gatilho familiar aparecer novamente, mesmo que te atraia com muita evidência, chama-lhe pelo nome: “És uma Frase de Gatilho!” Redireciona a energia da Frase de Gatilho para a tua lista no Beep! Book, em vez de a deixar agarrar o teu coração ou o teu corpo energético. Diz: *“Já te tenho aqui no meu Beep! Book! Não tens poder sobre mim. O Café está fechado! Vai comer noutra lado!”*

Certifica-te de celebrar com outras pessoas cada nova Frase de Gatilho que capturares. Conta-lhes quais são as tuas Frases de Gatilho. Explica o que estava a acontecer na tua vida quando pediste pela primeira vez que as entidades sugassem a tua energia. Pergunta aos teus amigos se eles capturaram alguma nova Frase de Gatilho ultimamente. Estas são conversas de guerreiros e guerreiras... o tipo de conversa que partilhas como vitórias de [Criação de Lendas](#).

Continua a caçar Frases de Gatilho tanto em ti como nos outros, e mantém-te atento aos bandos errantes de entidades parasitárias famintas. Em breve vais notar que, como o teu Café está fechado, as entidades passam por ti sem sequer se dar ao trabalho de bater à porta.

Tornar-te um Caçador de Gatilhos muda a tua autoimagem e adiciona novas dimensões excitantes à tua vida. Às vezes, quando olhas nos teus próprios olhos ao espelho, ou se alguém te perguntar o que fazes, diz: *“Sou um Caçador de Gatilhos.”* Depois, faz um sorriso enquanto varres o espaço à procura de entidades vampiras energéticas. Na primeira vez que disseres isto em voz alta, regista este Código da Matrix em [StartOver.xyz](#).