

SPARK 148

(Código de matriz: **SPARK148.00** para o jogo StartOver.xyz)

DISTINÇÃO: Quando te centras no Ser, o Fazer acontece por si mesmo. Este é o caminho do meio.

NOTAS: Devido à orientação da cultura moderna, a maioria de nós, de uma maneira ou de outra, inconscientemente oscila para a frente e para trás entre duas polaridades do Fazer.

Overdrive/Acima da expectativa
Dizer a nós mesmos que somos muito bons.
Elogiar-nos a nós mesmos.
Ver-nos como heróis.
Maníaco.
Hiper.
Tentando fazer tudo.

Underdrive/Abaixo da expectativa
Dizer a nós próprios que somos fracassados.
Massacrar em nós mesmos.
Vermo-nos como não sendo bons o suficiente.
Depressivo.
Exausto.
Revoltando-se contra fazer qualquer coisa.

A cultura moderna identifica o *overdrive* como o modo de sucesso, o modo aprovado, o modo produtivo positivo. Podes sentir-te envergonhada ou sentindo-te culpada quando o pêndulo oscila para o outro extremo: "Foda-se! Eu nunca farei mais nada por ti de novo, nunca mais! Podes ir para o inferno!"

O que é importante notar é que as condições de *overdrive* e *underdrive* são todas sobre *Fazer*. Elas são os dois lados da mesma moeda, frente e verso da mesma máscara.

Overdrive é incutido em nós pela educação moderna e pelos média de marketing, para que nos esforcemos a ter uma boa aparência, ser felizes, ganhar dinheiro, ter uma vida sumptuosa de aventuras, ser populares e em suma, para vencer nos jogos da cultura moderna. Este popular modo maníaco conduz uma economia que poucos beneficia, doutrinando-nos a perguntar uns aos outros: "*O que andas a fazer?*" em vez de "*Como estás?*".

Qual é a saída desta corrida reforçada pela nossa cultura?

É possível descobrir que entre as oscilações do pêndulo do *Fazer* e do *Não-Fazer* existe um *caminho do meio* quase invisível, quase totalmente ignorado, totalmente desconectado do mundo do Fazer. Neste *caminho do meio*, as ações não ocupam mais o centro do palco. Em vez dessas ações surge um quieto ponto sem ação como

um efeito colateral do Ser ao serviço de algo maior do que tu. As ações surgem como consequência do teu Ser, e o que vieste aqui para ser.

O caminho do meio, o modo do Ser, não é tão popular na cultura moderna porque começa com um coração partido. Como diz o ditado, "Corações só funcionam quando estão partidos." O coração não está partido, é claro. Significa simplesmente que o escudo em torno do teu coração se abriu, permitindo uma empatia experiencial com um enorme *gameworld*. Podes então perceber o que sentes, como os outros se sentem, como estás a Ser, como os outros estão a Ser, como o espaço está a Ser, o que é necessário e assim por diante. Sem te abrires para o Ser vais permanecer identificado com o *overdrive* ou o *underdrive* e nunca encontrarás o caminho do meio.

Em algum momento da tua vida já deves ter experimentado que entre o 'Fazer forçado' e 'evitar-Fazer-forçado' há uma sensação de Ser que irradia do teu coração e da tua alma. Este espaço-mudança-de-sensação sinaliza que tu estás a entrar no presente, Ser/estar centrado, Ser/estar em contacto contigo, dentro de ti, Ser/estar no teu corpo, Ser/estar num pequeno aqui e num pequeno agora, Ser/estar enraizado, Ser/estar conectado com outras pessoas ao teu redor (animais, vegetal, mineral e outros), Ser/estar conectado com o campo de Gaia que continuamente te informa sobre o que é desejado e necessário para o espaço.

A conexão deste ponto do caminho-do-meio é uma troca bidirecional entre a tua versão específica do Ser e o campo geral do Ser. A troca tece uma riqueza inesperada de redes de informação anteriormente invisíveis. Tu comesças a saber coisas que são impossíveis de saber do modo Fazer-*overdrive-underdrive*, ver o que vem a seguir, ver quem precisa do quê e como servir da melhor forma. Quanto mais tu estás a depender radicalmente dessa teia intercalada, mais disponível tu estarás a usar a tua Pérola, os teus Princípios Brilhantes e tua linhagem arquetípica.

Centrando-te no Ser, em vez de te conformares com aqueles frenéticos internos e externos comandos de voz para fazer coisas (ou para resistir a fazer coisas) que tu podes, por exemplo, inesperadamente encontraras-te na tua casa de jardim a substituir um cabo partido de um machado. Tu cheiras a madeira partida e sentes o peso frio do aço. E quando o novo cabo se encaixa firmemente na cabeça do machado tu notas mais energia do que tinhas antes de começar. É crucial substituir o cabo agora? Provavelmente não. Ele está partido há meses. Mas quando o Ser manifesta o Fazer, o Fazer o nutre, nutre os outros e nutre o espaço total. A ação traz energia em vez de sugar a energia.

Depois de terminares a tarefa, em vez de correres para fazer o próximo item da tua lista de Tarefas, tu deslizas de volta para o teu coração, aproveitando o centro, o

presente e conectado às sensações do Ser até que sejam movidas do ponto imóvel para o que quer que venha a seguir. Isto é muito diferente de correr como um cão atrás dos planos inteligentes da tua mente.

Duas pistas indicam quando a maníaca-*overdrive* ou depressiva-*underdrive* estão a dirigir-te. Em primeiro lugar, existem vozes auto-manipuladoras na tua cabeça elogiando o quão maravilhoso e astuto tu és, ou culpando o quão preguiçoso e ineficaz és. Em segundo lugar, as ações esgotam a energia para longe de ti, deixando-te exausto.

Quando o teu *Fazer* surge de impulsos sem palavras do Ser, tu *ganhas* a energia do Fazer, e tu não estás a elogiar nem a culpar a ti mesmo ou aos outros.

EXPERIMENTOS:

SPARK148.01 Como tu entras no Ser-Fazer? A resposta é dar um passo para o lado do salão de vozes. Se tu ficares no corredor, tu és levado para onde quer que as vozes mais altas te carregam e não tens escolha. Tu és um fantasma num remoinho de fantasmas devorados por demônios do Fazer.

Esta experiência visa fazer uma mudança revolucionária para a quietude, mesmo quando as vozes e as pressões para fazer as coisas são um alvoroço desenfreado.

Para iniciar a mudança, deita-te no chão de costas com as pernas e os braços bem abertos num local público, como no meio da sala de estar, olhos abertos ou fechados. Simplesmente deita-te. Não funciona tão bem fazer isso no teu quarto privado. Deita-te em público no chão e observa a sequência de pensamentos e vozes na tua cabeça. Então, aí, esperas. Se tu dormires um pouco, tudo bem. Tu precisavas de dormir. Quando acordares, continua deitado aí.

O que estás a Fazer? Nada. A Ser.

Por que não estás a Fazer nada? Porque tu não és um *Fazer* humano. Tu és um *Ser* humano. É verdade que tu nasceste e foste criado numa cultura orientada para o *Fazer*. Agora entra em território desconhecido num continente novo e diferente, um continente de Ser.

O que tu precisas de fazer para Ser? ... Ora, essa é uma pergunta bizarra, não é?

Ao deitar no chão, a Ser, é fácil detetar as vozes implorantes que falam freneticamente histórias dando razões inventadas sem fim para voltar a Fazer.

O desejo de ser adaptativo e fazer o que as vozes dizem pode ser difícil de ignorar. Não é diferente como contorceres-te intensamente, vomitando, suando e tremer tanto a partir de um momento a tentares sair de uma adição.

Observa o quão rápido recibes impulsos das vozes para fazeres algo. O teu corpo inteiro pode estremecer no conflito entre a tua intenção experimental de estar deitado no chão e não Fazer nada e os comandos para dar um passo a trás na passadeira do Fazer novamente.

Depois de uma ou duas horas deitado no chão enquanto as pessoas passam por ti (ou não), pode chegar-te a noção que estás a respirar. Quantas vezes não percebeste que estavas a respirar? O corpo respira sozinho.

Se acordares de repente e te apanhares a lavar a loiça ou responder a e-mails e a não te lembrares como chegaste lá, está tudo bem. As vozes simplesmente te transformam num Robot do Fazer outra vez. Simplesmente volta para o chão e recomeça. Podes demorar 25 recomeços ao longo de um período de várias semanas para construíres massa suficiente para permaneceres no Ser. Não esperes que os outros te entendam ou se envolvam neste teu experimento. Tu não tens que explicar. Assegura às pessoas que tu estás bem, que estás simplesmente a fazer um experimento para mudar de Fazer para Ser. No fundo, eles saberão o que tu queres dizer.

E quando as próximas instruções sem vozes vierem do Ser, deixa a realização e as extasiadas energias de criação nutrir-te profundamente. O quadro geral tende a recompensar a participação com sinergias surpreendentes, coincidências inexplicáveis, curas subtis e momentos talentosos de amor inesperado. Comemora-os!