

SPARK 164

(Codice Matrix: **SPARK164.00** per il gioco StartOver.xyz.)

DISTINZIONE: L'aggressività deriva dall'essere impauriti

NOTE: Le due risposte umane non iniziate alla paura sono la fuga o la lotta, fuggire lontano o affrontare e cercare di distruggere tutto ciò che ti fa paura.

Nei mass-media di distruzione assicurata del mega-governo moderno accade o non accade così tanto da fare crescere paure fondamentali ma che non possono essere fermati attaccandoli. Coloro che provano ad attaccare i creatori di paura (i bruciatori di foreste, assassini oceanici, istigatori di guerra, utilizzatori di OGM, manipolatori di denaro, produttori di armi nucleari, proprietari di aziende che guadagnano a qualsiasi costo, ecc.) potrebbero anche venire assassinati in un modo o nell'altro, che è un'altra cosa che genera paura.

Se non puoi correre e non puoi nasconderti, perché non c'è una porta per uscire da un piccolo pianeta tondo... e se non puoi contrattaccare, perché è come cercare di respingere uno sciame di droni calabroni radioattivi arrabbiati, né la tua paura né la tua rabbia possono essere espresse e completate. I tuoi sentimenti rimangono inespressi.

A partire dall'asilo la tua paura e rabbia inesprese si mescolano insieme trasformandosi in aggressività (uno dei sentimenti misti). L'aggressività diventa un'emozione di fondo nella tua vita e trapela inefficacemente a chiunque ti sia intorno. Non è che l'aggressività sia cattiva, proprio come la depressione non è cattiva, la disperazione non è cattiva, malinconia, senso di colpa, vergogna, gelosia, disgusto... nessuno dei sentimenti misti è cattivo.

Sono semplicemente inefficaci. Non importa quanto fortemente tu sperimenti o esprimi un sentimento misto, nulla cambia, perché i sentimenti misti non sono destinati a causare un cambiamento. Mescolare i sentimenti è una strategia della tua Scatola per proteggerti.

ESPERIMENTI:

SPARK164.01 Abbassa la tua barra dell'insensibilità abbastanza da notare quando sei aggressivo. Riserva una sezione nel tuo libro Beep! per elencare cosa ti ha reso aggressivo, in che percentuale sei aggressivo, come hai espresso l'aggressività e qual è la paura che ha generato l'aggressività. La tua lista potrebbe assomigliare a questa.

GIORNO	CAUSA	%	ESPRESSIONE	PAURA ORIGINARIA
09/11	autista mi taglia la Strada	62%	Impreco, clacson, cattivo umore	Morte, essere in ritardo schiantarsi, ferite dolorose riparazioni costose, paura della paura
09/11	Lunga fila alle poste	33%	Cattivo umore, rude, scortese tensione nelle spalle, di corsa	Paura di sprecare tempo, ritardo, vittima di incompetenze del

		tutto il giorno	sistema burocratico	
09/11	Figlio mi interrompe	28%	Ritiro il mio amore, rimprovero minaccio una punizione	Paura di non aver la cena in tempo paura di essere distratta, non buona abbastanza, perdere amore
09/11	Notizie di guerra in TV	48%	Spengo la TV, urlo, dispero cattivo umore	Paura di essere impotente, vittima di leaders psicopatici
09/11	Marito in ritardo	16%	Svogliata, imbronciata, altezzosa pianifico vendetta	Paura di venire tradita, non essere rispettata, perdere intimità

Ecc.

Non ci vorrà molto prima che tu veda die cicli ripetuti (come notare che ti ritiri dall'amore di tuo figlio per paura di perdere l'amore di tuo marito...) e capisci anche che incidenti apparentemente piccoli possono innescare enormi aggressioni che si rivelano essere paure profondamente radicate.

Ora che vedi quanta aggressività sorgere in te ogni giorno, c'è una distinzione da applicare. Sfoglia l'elenco e separa tra:

- Quali paure sono sentimenti che usi per fare nuovi progetti, per prenderti cura di cose, comunicazioni, rimanere centrati, rimanere sganciabili, ecc., e che spariscono in meno di 3 minuti?
- Quali paure sono emozioni che ti trascinano verso il basso e continuano per ore?

Usare la paura e la rabbia mescolate insieme come aggressività è manipolativo perché ha lo scopo di non rivelare ciò di cui hai paura e che ti sta facendo arrabbiare. Con la tua nuova consapevolezza riguardo a quello che sta succedendo dentro di te, ora puoi dire: "Mi sento arrabbiato perché mi sento spaventato che _____". Questo cambierà la tua vita.

SPARK164.02 Seleziona la più aggravante delle tue paure emotive. Usala come gateway per un processo di guarigione e trasformazione durante il tuo prossimo Possibility Lab. Siediti sulla sedia Possibility e quando il Possibility Manager seduto di fronte a te dice: „Cosa posso fare per te?“ tu dici: „Continuo a notare una paura emotiva che emerge che mi fa essere aggressivo e voglio che tu mi aiuti a cambiarla“.

SPARK164.03 Esperimento pirata con credito extra: per sfruttare in modo produttivo le tue paure riguardo a cose che sono troppo massicce e nebuloze per cambiare, questo esperimento consiste nel diventare tu stesso uno sciame, per diventare un campo di influenza.

Questo esperimento sui pirati ha due fasi.

Fase 1: CREA UN CRISTALLO DEL SEME DI NEXT-CULTURE Richiama una piccola cerchia di amici che la pensano allo stesso modo che si riunisce ogni settimana a casa tua senza consumare alcol. Alle riunioni aiutatevi a vicenda a diventare sempre più abili nell'applicare praticamente le distinzioni del contesto prescelto. Il contesto stabilisce la relazione del tuo gruppo con la responsabilità e la coscienza ed è la fonte delle distinzioni, del pensiero e delle pratiche del tuo gruppo. Il contesto più efficace per questo particolare esperimento sui pirati è il contesto della responsabilità radicale. Trasforma il tuo team in una comunità di pratica.

Fase 2: CONNETTI IL TUO SEME AD ALTRI SEMI NELL'ETNOSFERA GLOBALE Aumenta il campo di influenza per l'emergere della prossima cultura (Next Culture) stabilendo connessioni critiche tra la tua comunità di pratica e altre comunità di pratica scambiando valore reale. Ad esempio, puoi scambiare processi iniziatici dell'età adulta, piani di stampa 3D, informazioni e risorse di contatto, abilità di guarigione della tecnopenuriafobia (TPP), cibi raccolti, soluzioni energetiche, rappresentazioni teatrali rivoluzionarie, ecc. Ciò significa che il tuo team diventa parte del team globale che costruisce infrastrutture parallele per l'umanità sulla Terra, costruendo un nuovo modello che rende obsoleto il modello esistente.