

SPARK 010

(Matrix Code: **SPARK010.00** for StartOver.xyz game.)

DISTINCTION: Entre le monde extérieur (vue, sons, sensations physiques, odeurs, expériences, relations, conversation extérieures, etc.) et le monde intérieur (concepts, souvenirs, réactions, images, conversations internes, etc.) il existe un espace étroit de liberté appelé la brèche.

NOTES: A travers un travail de câblage et de connections, ta Box rend normalement la brèche invisible et inaccessible. Le travail de câble te cause d'être en lien avec le monde extérieur et le monde intérieur comme s'ils étaient parfaitement soudés l'un à l'autre. Lorsque tu utilises ce modèle de réalité chaque stimulus du monde extérieur (conflit, accident, situation, crise) crée une réponse automatique et mécanique dans ton monde intérieur (attaque, une mauvaise image de toi, récrimination envers toi-même, justification, supériorité). Également, chaque expérience de ton monde intérieur (embarrasment, dégoût, commentaires stupides, gestes stratégiques) s'exprime automatiquement et mécaniquement dans ton monde extérieur (positionnement de ton statut, critiques, insultes, taquineries, commérages).

Ce que ce SPARK dit est que tes interactions n'ont pas besoin d'être façonnés par des réactions instinctives. Ce dont tu fais l'expérience n'as pas besoin d'être automatiquement soudé avec ce que tu exprimes. Ton monde intérieur et ton monde extérieur n'ont pas besoin d'être lié de façon rigide. Il est possible de localiser et d'entrer dans la brèche entre le monde intérieur et le monde extérieur.

En découvrant le chemin dans la brèche, tu prends possession d'un nouvel ensemble de conditions. Tu gagnes accès à une large nouvelle variété d'options parmi lesquelles choisir. Ces nouvelles options sont des options non-linéaires. C'est-à-dire qu'elles ne découlent pas nécessairement directement du stimulus original de manière ordinaire. Les circonstances deviennent moins importantes parce que quand tu as découvert la brèche il n'y a plus de connection directe et mécanique entre le monde intérieur et le monde extérieur. Lorsque ton chef déboule encore une fois dans ton bureau sans frapper, tu peux dire, "Ce que j'aime vraiment chez toi, c'est ton enthousiasme pour notre travail ensemble". Lorsque le serveur vient finalement à ta table après vous avoir ignoré ton partenaire et toi pendant trop longtemps, tu peux dire, "Merci de nous avoir donné un espace privé pour être ensemble aujourd'hui". Lorsque ton partenaire arrive en retard à un rendez-vous avec toi, tu peux dire, "C'était tellement intense pour moi de t'attendre ici que je sais maintenant à quel point tu es important pour moi". Lorsque ton client principal appelle pour annuler leur contrat, tu peux dire, "Ma compagnie ne peut être fructueuse que si votre compagnie est fructueuse. Merci pour le feedback". Tu commences à créer des résultats qui sont indépendants des circonstances. Les actions et les idées qui viennent de la brèche seront peut être radicalement nouvelles, sans précédent, inattendues,

déraisonnables et illogiques. Elles seront aussi peut être extrêmement simples et exceptionnellement effectives.

EXPÉRIMENTATIONS :

Gagne de la dextérité à entrer et sortir de la brèche. Les instructions semblent utiles et aventurières, mais comment exactement tu vas faire ça ? Être dans la brèche est une expérience reconnaissable pour presque tout le monde. Cette expérience a ce qu'on appelle "la touche magique", "le flow", "être au septième ciel", "sans mental", "avoir les yeux doux", "l'amour véritable", "la vitesse de la lumière", "être ce qu'en rien ne peut prendre racine", etc. La façon d'entrer dans la brèche entre le monde intérieur et le monde extérieur commence en faisant la distinction de la brèche, que la brèche existe. A partir de là, la distinction est tenue en divisant ton attention, plaçant une partie de ton attention sur les manifestations et les sensations du monde extérieur, plaçant une autre partie de ton attention sur les manifestations et les sensations de ton monde intérieur et laissant le reste de ton attention flotter librement afin de remarquer et de travailler avec ce qui se présente dans la brèche. Voici trois façons de pratiquer entrer dans la brèche:

- 1) **SPARK010.01** Accepte une invitation à un dîner informel où les invités sont détendus et interagissent de manière amicale. Choisis 5 minutes au milieu du dîner. Pendant ces 5 minutes, ne ris pas ne souris pas, quoi qu'il se passe ou quoi qu'ils disent. Si tu peux éviter l'impulsion de rire, tu es peut être dans la brèche.
- 2) **SPARK010.02** Va voir un film romantique ou d'aventure au cinéma. Assis toi au deux tiers de la salle partant de l'écran au milieu de la rangée. Pendant tout le film ne regarde pas l'écran. Regarde seulement les personnes qui sont dans la salle. Si tu peux éviter de "plonger" dans l'espace de l'histoire du film et ne jamais oublier que tu es dans une salle de cinéma alors tu es peut être dans la brèche.
- 3) **SPARK010.03** Passe une journée dans un salon professionnel. Marche de stand en stand. Peu importe ce que le vendeur te dit, ne dis rien du tout en retour. Ne fais aucune grimace, n'utilise aucun geste et n'offre aucune explication. Reste complètement détendu et alerte, regardant ce qui t'intéresse dans le stand. Après un moment, pars sans prévenir et va au prochain stand. Si tu peux éviter le réflexe automatique de parler lorsqu'on te parle tu es peut être dans le gap.

Qu'est ce qui est dans la brèche ? (Rien). Rencontrer le pur vide peut être extrêmement utile. Par exemple, entrer le vide précède toute véritable invention.

Qu'est ce qui est possible dans la brèche? (Va découvrir toi-même ! On ne va pas tout te dire !)