

## SPARK 011

(Matrix Code: **SPARK011.00** for [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**ROZRÓŻNIENIE:** Odpowiedzialność jest drogą do zmiany.

**ADNOTACJE:** Już w dzieciństwie szkolono Cię w unikaniu odpowiedzialności. Szkolenie to przebiegało tak: za każdym razem, gdy brałeś odpowiedzialność za spowodowanie jakiegoś problemu, byłeś karany. Tym zaś, którzy unikali odpowiedzialności udawało się wymigać od kary. Jeżeli, na przykład, rzucając do siebie z braćmi piłką w salonie stłukliście kryształową wazę matki, a ojcu, który wpadł do pokoju z pytaniem „Kto to zrobił?”, odpowiedziałeś „Ja”, mogłeś spodziewać się lania. Jeżeli natomiast szybko wskoczyłeś na kanapę i udawałeś, że czytasz książkę i na pytanie „Kto to zrobił?” rzucone przez ojca, wzruszyłeś ramionami i powiedziałeś „Może to było trzęsienie ziemi?” najprawdopodobniej zostałeś tylko zgromiony wzrokiem.

Niezależnie od tego, jak ten trening przebiegał u Ciebie, rezultat był taki sam. Doszedłeś do wniosku, że branie odpowiedzialności przynosi więcej kłopotów niż unikanie jej. Branie odpowiedzialności jest utożsamiane z dźwiganiem niepotrzebnego i niewygodnego ciężaru, byciem obwinianym, poczuciem winy, odczuwaniem wstydu, zażenowaniem, poczuciem niesprawiedliwości i byciem na tyle głupim, by dać się złapać i ukarać.

Bez względu na to, czy zdajesz sobie z tego sprawę czy nie, negatywny stosunek do odpowiedzialności pozostał z Tobą. W wieku piętnastu lat ludzie nabywają zdolność podejmowania odpowiedzialności w dorosły sposób, ale kultura Zachodu nie przygotowuje ich do tego nowego sposobu postępowania, więc nigdy nie nauczyłeś się jak to robić. Siłą nudnego i bezdusznego rozpędu, Twój nawyk dążenia do jak najmniejszej odpowiedzialności nie ulega zmianie.

Nieświadome unikanie odpowiedzialności odpycha Cię od jednego świata możliwości i wiąże Cię z innym. Świat, z którym jesteś związany, to świat Trójkąta Dramatycznego/ Niskiego Dramatu (low drama). Ten świat jest Ci tak bliski, że wskazanie jego znamienych przejawów (np. głodu, wojen, przeludnienia, zanieczyszczenia, więzień, terroryzmu, wandalizmu, korupcji itd.) wydaje się tak powszechne, że aż nie do pomyślenia. Bez właściwej i rozszerzonej edukacji nie przeanalizujesz i nie zerwiesz więzi ze światem niskiego dramatu. Świat, który Cię odpycha to świat Wysokiego Dramatu (high drama). Mechanizmy osiągnięcia charakterystycznych rezultatów Wysokiego Dramatu (tj. uczciwość, współczucie, akceptacja, obfitość, archetypiczna miłość, szacunek, zrozumienie, itp.) wydają się tak odległe, że jawią się jako niemożliwa do zrealizowania fantazja.

Porównanie [świata nieodpowiedzialności ze światem odpowiedzialności](#) wypada dość interesująco. Narzędzia nieodpowiedzialności to: obarczanie winą, oszustwo, wymówki, kontrola, wyższość, posiadanie racji, zemsta, pretensje, wymuszanie, usprawiedliwianie, terytorialność, manipulacja, dominacja, bycie ofiarą, niedostatek, rywalizacja itd. Narzędzia odpowiedzialności to: przejrzystość, godność, uczenie się, zaangażowanie, uczciwość, życzliwość, nieskazitelnność, możliwość, twórczość, relacje, akceptacja, odwaga, hojność, komunikacja, radość, otwartość, transformacja

itd. Przywództwo, zarządzanie i relacje występują zarówno w świecie odpowiedzialności jak i nieodpowiedzialności, choć różnią się radykalnie pod względem metod i osiąganych rezultatów.

Związek pomiędzy [Radykalną Odpowiedzialnością](#) a zmianą najłatwiej odkryć stosując myślenie w odwrotnym kierunku. Jeżeli nie jesteś odpowiedzialny za to, że stworzyłeś okoliczności Twojego życia takimi jakimi są pod każdym względem, czy możesz cokolwiek zmienić? Odpowiedź brzmi: nie, zmiana rozpoczyna się od podjęcia odpowiedzialności za to, jak zorganizowałeś to, co doprowadziło Cię dokładnie do punktu, w którym się obecnie znajdujesz. Nie wymówki, obwinianie, narzekanie, pretensje, oczekiwanie na ratunek czy dążenie do zemsty, nie zabawa w: „A nie mówiłem...”. To nie spowoduje zmiany. Droga do zmiany rozpoczyna się od odnowienia swojej mocy poprzez przejęcie odpowiedzialności za to, jaką stworzyłeś wokół siebie sytuację.

#### **EKSPERYMENT:**

**SPARK011.01 WEŹ RADYKALNĄ ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA TO, ŻE NIE ZAKOMUNIKOWAŁEŚ DWÓCH SPRZECZNYCH STANOWISK, KTÓRE W TOBIE TKWIĄ** Wybierz konkretną sytuację ze swojego życia, którą chciałbyś zmienić. Niech to będzie sytuacja, której zmiana wydaje Ci się niemożliwa, ponieważ brak Ci pozwolenia, uprawnień czy wiedzy lub ponieważ nie wynika ona z Twojej winy. To może być każda sytuacja, od braku światła na skrzyżowaniu w Twojej okolicy lub sąsiadów, którzy stale się kłócą po ciekący kran, klienta niezadowolonego ze współpracy z Twoją firmą czy znajomego, który jest bardziej zainteresowany swoją pocztą elektroniczną lub telewizją niż rozmową z Tobą.

Kiedy już wybierzesz sytuację, zacznij przyglądać się jej bardziej całościowo. Odpowiedzialność jest skutkiem ubocznym świadomości. Świadomość dostosowuje się do ograniczeń historii, którą sobie opowiadasz. Wyjście poza egocentryczną perspektywę Twojego Boxu w historii, którą sobie opowiadasz o tej sytuacji, sprawi, że Twoja odpowiedzialność też ulegnie poszerzeniu.

Zacznij od wymyślenia tej historii na nowo tak, abyś stał się w stu procentach odpowiedzialny za to, że sytuacja jest właśnie taka. Eksperyment zaczyna się wtedy, gdy tę odpowiedzialną wersję historii opowiesz innej osobie, jasno wskazując, w jaki sposób Ty jesteś za nią odpowiedzialny. Na przykład: ludzie wpadają czasami w różne nastroje. Nastrój spowodowany jest nierozwiązanym lub niewyrażonym wewnętrznym konfliktem, wynikającym z tego, że masz jednocześnie dwa sprzeczne punkty widzenia w Twoich czterech ciałach. Często chcemy zrzucić winę za wywołanie tego nastroju na inną osobę lub instytucję, ale poddanie się nastrojowi to pożywienie dla [Gremlina](#), a to Ty jesteś osobą, która ma dwa odmienne stanowiska. Oznacza to, że masz moc rozwiązania tego paradoksu, a możesz to zrobić po prostu opowiadając o nim innej osobie. Następnym razem, gdy zaczniesz popadać w taki nastrój, weź odpowiedzialność za to, że nie zakomunikowałeś konfliktu tych dwóch sprzecznych stanowisk w sobie. Na przykład: „*Mam taki nastrój, bo mam w sobie dwie sprzeczne postawy. Z jednej strony chcę przestrzegać ograniczeń dietetycznych, a z drugiej naprawdę mam ochotę skosztować wszystkich przysmaków na tym przyjęciu tak jak inni.*” Lub: „*Oszczędzanie jest dla mnie bardzo ważne, ale jeszcze tylko przez kilka dni będą wyświetlali „Park Jurajski” w 3D w*

*multikinie*". Lub: „...*Chciałbym pójść teraz z Tobą na spacer, ale ważne jest dla mnie skończenie tego projektu*". Dzięki temu, że komunikujesz, że jesteś odpowiedzialny za wywołanie własnego nieprzyjemnego nastroju, druga osoba słyszy i rozumie sprzeczności Tobą targające i ta wspólna świadomość może wszystko zmienić.

Ta nowa perspektywa może początkowo wydawać się śmieszna. Mimo tego uznaj, że Twój brak odpowiedzialności da się zmienić i zrób kilka eksperymentów. „*Zatem to ja jestem odpowiedzialny za to, że sytuacja tak wygląda. Co potrzebuję zrobić, by to zmienić? Pewnie coś dokładnie odwrotnego od tego, co zrobiłem, że jest właśnie tak!*” Jeżeli stworzyłeś tę sytuację milcząc, ukrywając, ignorując lub licząc na to, że wszystko samo się rozwiąże, to odtworzenie jej może nastąpić poprzez głośne wypowiedanie swoich racji, zaangażowanie, dzielenie się swoimi uczuciami i marzeniami oraz bycie uważnym. Zaczynaj stosować metody, które stosowałeś, żeby stworzyć tę sytuację taką jaka jest, aby móc stworzyć ją inaczej.

Wykonaj ten eksperyment najpierw na jakiejś małej rzeczy, a następnie zabierz się za coraz większe rzeczy.