

SPARK 081

(Matrix Code: **SPARK081.00** for StartOver.xyz game.)

UNTERSCHIEDUNG: Wenn du deine Kunst nicht ausübst, liegt es daran, dass du es nicht musst.

VERTIEFUNG: Hattest du jemals dieses nagende Gefühl, dass dein Leben nicht befriedigend ist, wenn du deine künstlerischen Fähigkeiten nicht zum Ausdruck bringst? Tief in dir spürst du ein geheimes Potential, großartig zu sein – ein großartiger Sänger, Schriftsteller, Maler, Filmemacher, Abenteurer, Designer, Schauspieler, Führer, Lehrer usw. Wenn du deiner Großartigkeit keinen Ausdruck verleihst, dann fühlt es sich an, als ob dir dein Leben Tag für Tag durch die Finger rinnt, vergeudet. Du erlebst dich als Enttäuschung für deine Eltern, deine Lehrer, vielleicht sogar Gott. Als frustrierter Künstler zu leben ist beinahe so schwierig wie mit einem zu leben: Du wirst mit dieser Person niemals so sein können, wie sie ist, oder mit ihr ein Leben führen können, wie es ist, denn weder sie selbst noch ihr Leben ist für sie das „Wahre“. Sie ist sowohl mit sich selbst als auch mit ihrer täglichen Schinderei unzufrieden.

Hier ist eine interessante Frage, die du in Betracht ziehen kannst: Was wäre, wenn der Konflikt zwischen der Annahme, dass du künstlerisches Potential hast, und dem Umstand, dieses Potential nicht zum Ausdruck zu bringen, einfach eine Illusion ist, die deine Box geschaffen hat, um dich im vertrauten Zustand der Frustration zu behalten? Es ist leicht zu erklären. Du konntest als Kind nicht du selbst sein. Tiefe Frustration zu fühlen wurde zur Normalität. Um die vertraute Normalität aufrechtzuerhalten, erzeugte deine Box kontinuierliche ausweglose Frustration für dich.

Wie gehst du der Sache auf den Grund? Wie kannst du feststellen, ob dein Wunsch, Kunst auszuüben, einer authentischen Quelle entspringt oder nicht? Ist es eine Strategie der Box, künstlerische Wünsche zu spinnen, so wie eine Spinne ihr Netz webt? Oder entspringt der Wunsch aus dem Innersten deines Seins als echte Notwendigkeit?

Es gibt einen Test, bei dem du herausfinden kannst, ob dein künstlerischer Impuls authentisch ist. Der Test ist die Frage, ob du deine Kunst ausübst oder nicht. Künstler produzieren Kunst, weil sie nicht anders können. Sie werden hoffnungslos dazu getrieben. Sie werden von der Kunst selbst bewegt. Sicher braucht es Disziplin, um Werke zu vollenden. Sicher braucht es Durchhaltevermögen, um zahlreiche physische, mentale, emotionale, soziale und energetische Unbequemlichkeiten bei der Ausübung der Kunst auszuhalten. Aber das sind nur Umstände. Der wirkliche Test ist einfach. Wenn du deine Kunst nicht bereits ausübst, dann musst du es nicht tun.

Wenn deine Kunst das Reiten ist, dann werden deine Füße selten den Boden berühren, und dein Sattel wetzt Löcher in deine Reithosen. Wenn deine Kunst das Klettern ist, dann sind deine Finger wie Federstahl und man findet dich nur an irgendeiner Felswand klebend. Wenn deine Kunst Modedesign ist, dann kleidest du dich selbst nur in Outfits, die du selbst hergestellt hast. Wenn deine Kunst das

Schreiben ist, dann schreibst du Stifte leer bevor du sie verlierst. Du schreibst, selbst wenn es niemand liest, selbst wenn du nie dafür bezahlt wirst, selbst wenn dich ein Verlag nach dem anderen ablehnt. Diese SPARKs zum Beispiel sind auf Toilettenpapierrollen geschrieben worden, wenn ich mitten in der Nacht aufwache, auf schmierigen Servietten in lauten verrauchten Lokalen, in Zügen, die so holprig sind, dass ich meine eigene Handschrift nicht mehr lesen kann, auf meiner bloßen Hand während ich in der Schlange am Postschalter stehe, selbst jetzt auf meinem alten Laptop, das sieben Mal am Tag abstürzt. Für mich ist Schreiben ein stressiger, frustrierender, nervenaufreibender und hoffnungslos schwieriger Kampf. Das einzige, was schlimmer ist als Schreiben, ist nicht zu schreiben.

EXPERIMENT:

Benutze diesen „Leugnungs- und Bejahungstest“, um deinen Wunsch nach künstlerischer Tätigkeit zu beurteilen. Beobachte deinen Körper, während du dieses Experiment durchführst. Dein Körper kann wie ein Indikator reagieren, um dir die Wahrheit über Gedankengänge zu erzählen, die für den Verstand viel zu komplex sind, als dass er sie zu fassen bekäme. Die Methode ist erst Leugnen und dann Bejahen. Beginne mit dem Leugnen. Sorge für ein paar ungestörte Momente, in denen du allein bist. Zentriere dich und dann sprich in allen Einzelheiten laut aus: „Ich werde nicht _____ tun“, oder „ich will nicht _____“, und beobachte dabei, ob sich dein Körper entspannt oder anspannt. Wenn du leugnest und dein Körper sich dabei *entspannt*, dann könnte das Aufhören deine wahre Entscheidung sein. Wenn du leugnest und sich dein Körper dabei *anspannt*, dann könnte das Weitermachen deine wahre Entscheidung sein. Dann mach den Umkehrtest: Bejahe zum Beispiel: „Ich werde _____ tun“, oder „ich will wirklich _____ tun“. Wenn sich dein Körper während deiner Bejahung *entspannt*, dann könnte Weitermachen deine richtige Wahl sein. Wenn sich dein Körper während deiner Bejahung *anspannt*, könnte Aufhören deine richtige Wahl sein. Meistens bestätigen sich die körperlichen Ergebnisse bei Leugnung und Bejahung gegenseitig. Der Körper weiß es.

SPARK081.01 Leugne. Vergiss die nagende kleine Stimme in deinem Hinterkopf, die dir Tag und Nacht einflüstert, dass du dich eigentlich künstlerisch ausdrücken solltest. Wahrscheinlich ist es ohnehin die Stimme eines anderen. Dein Leben geht denjenigen nichts an. Entscheidungen wie diese liegen absolut bei dir. Um die Stimme zum Schweigen zu bringen, erkenne einfach, dass sie nicht dir gehört. Gib sie ihrem Erzeuger zurück. Mach dich frei von der Idee, dich künstlerisch ausdrücken zu müssen, und lass die Idee in den Strom der Zeit abdriften, in die Vergangenheit, wie ein Buch, das du beschließt, nicht zu lesen. Es liegt genauso viel Befriedigung im Erschaffen einer Beziehung, die von Augenblick zu Augenblick lebt, wie im Erschaffen künstlerischer Formen. Selbst so etwas wie „Guten Morgen, Liebling! Hast du letzte Nacht gut geschlafen?“ zu sagen, während du für die Kinder das Frühstück vorbereitest, erfordert deine volle schöpferische Intelligenz, wenn du es bewusst tust. Deine Arbeit zu tun, deine Rechnungen zu bezahlen, das Haus und das Auto in Schuss zu halten, deine Beziehungen zum Partner, zur Familie und zu Freunden auszubauen, nimmt dich voll und ganz in Anspruch. Du kannst dich komplett in dein Leben, so wie es ist, hinein entspannen und den ganzen inneren Drang vergessen, der dich auf neurotische Art und Weise dazu angetrieben hat, ein Millionär, ein Filmstar, ein Dali, ein Jimi Hendrix, ein olympischer Athlet, ein Topmanager oder Bundeskanzler zu werden. Schlag es dir aus dem Kopf, dich mit

Alexander dem Großen, Picasso, Pavarotti oder Einstein auf eine Stufe zu stellen. Gib dieser Phantasie keine Energie mehr. Du brauchst dich nicht einmal mehr fragen, ob du ein unentdecktes Wunderkind oder ein tibetischer Tulku bist. Beinahe alle Mozarts offenbaren sich in ihrer frühen Kindheit. Wenn dir das bis jetzt nicht passiert ist, wird es wahrscheinlich auch nicht passieren. Du kannst es einfach komplett loslassen und all die Energie umleiten, so dass du wieder du selbst sein kannst und die vielfältigen Erfahrungen lebst, die dir dein Leben täglich liefert. Wenn dich das Universum als Mutter Theresa braucht, dann wird es eine aus dir machen. In der Zwischenzeit kannst du fein säuberlich den Gedankentumor herausschneiden, der da murmelt: „Vielleicht sollte ich eine Schauspielschule eröffnen. Vielleicht sollte ich in einer Band spielen. Vielleicht werde ich niemals große Bedeutung erlangen.“ Es ist neurotisches Psychogeplapper, die Stimme eines anderen. Schneide sie heraus und lass sie für immer los, damit du deine äußerst genussvollen Erfahrungen deines gegenwärtigen Lebens genießen kannst. Zieht sich dein Körper zusammen oder entspannt er sich?

SPARK081.02 Bejahe. Begreife, dass es bei deiner Kunst nicht um dich geht. Es geht darum, dass du von einer Naturgewalt benutzt wirst, die größer ist als du. Trage Verantwortung dafür, dass dein Leben von dieser Gewalt absorbiert wird und Sorge dafür, aus dem Weg zu gehen, so dass sie sich selbst noch mehr durch dich entfalten kann. Dann lerne die Kunst kennen. Wahre Kunst ist überaus beängstigend, weil sie dem Unbekannten entspringt. Ursprüngliche Vorstellungskraft ist nicht zu zähmen. Wahre Kunst kann ekstatisch sein, aber sie ist nicht unbedingt begreifbar, unterhaltsam oder leicht. Kunst geschieht nicht durch ein paar vollendete Werke. Kunst ereignet sich als Flut, als Tsunami. Sie überschwemmt jede Art von persönlicher Vorstellung von Bequemlichkeit. Ein mir bekannter Sänger bekam die Gelegenheit, seine eigene CD aufzunehmen, und er schrieb 90 Texte in einer Woche, so dass sein Produzent sich aussuchen konnte, welche er davon aufnahm. Kunst schert sich nicht um Vernunft, Anwendbarkeit, die gängige Meinung oder gesellschaftliche Akzeptanz. Van Gogh war ein Unbekannter, der zu Lebzeiten nur ein Bild verkaufte. Galileo wurde für seine Forschungsarbeiten unter Hausarrest gestellt. Mozarts Schwester war Berichten zufolge wesentlich talentierter als ihr Bruder, aber keine ihrer Werke blieben erhalten. Entscheide dich dafür, dein Leben von deiner Kunstform absorbieren zu lassen. Zieht sich dein Körper zusammen oder entspannt er sich?