

SPARK 084

(Matrix Code: **SPARK084.00** for StartOver.xyz game.)

UNTERSCHIEDUNG: Du kannst getötet werden, ohne zu sterben.

VERTIEFUNG: Die wirklich wertvollen und lohnenswerten Dinge, die du im Laufe deines Tages vollbringen könntest, sind im Allgemeinen Dinge, die unmöglich sind. Wenn sie nicht unmöglich wären, warum solltest du dir dann die Mühe machen, sie zu vollbringen? Der Versuch, unmögliche Dinge zu tun, ist eine passende Antwort auf das Privileg, ein menschliches Leben zu haben. Beispiele unmöglicher Dinge könnten beinhalten: Bei jeder deiner Interaktionen aus vollem Respekt heraus zu sprechen, oder ungeachtet der Umstände weichherzig und gütig zu sein, oder Integrität zu besitzen, indem du tust, was du ankündigst zu tun, oder grundlos glücklich zu sein, oder Krieg, Hunger und Spam-Mails ein Ende zu bereiten, indem du bei dir zu Hause damit anfängst. Warum nicht? Warum keine Verantwortung für deine tiefe Sehnsucht nach einem Leben in Gemeinschaft mit liebevollen, harmonischen und kreativen Freunden übernehmen? Warum nicht kleine alltägliche Gewohnheiten ändern, um den Planeten besser vor der Verwüstung durch die seelenlose Illusion des Profits zu schützen? Warum nicht als Quelle des Friedens in der Welt stehen, indem du persönlich bei deinem Nachbarn damit anfängst?

Die übliche, wenn auch oft verkannte Antwort auf diese gelegentlich gestellten Fragen ist, dass du dich nicht an das Unmögliche heranwagst, weil du dich auf deinen persönlichen existenziellen Überlebenskampf konzentrierst. Du unternimmst nichts, um deine wahren verantwortlichen Inspirationen zu erfüllen, weil du Angst davor hast, getötet zu werden.

Die Unterscheidung dieses SPARKs zielt darauf ab, deine irrige Auffassung von *getötet werden* aufzuklären, damit du dich den interessanteren Aufgaben deines Lebens zuwenden kannst. Die lähmende Verwirrung rührt daher, dass du dich mit deiner Box identifizierst. Wenn du glaubst, du seiest deine Box, dann schließt du geistesabwesend daraus, dass du physisch stirbst, wenn deine Box getötet wird. Das Ableben deiner Box mag sich tatsächlich so anfühlen, als ob dein physisches Leben endet, aber das ist bloß ein emotionaler Trick des Verstandes. Es geht darum, dich einfach daran zu erinnern, dass dein Körper nicht stirbt, wenn deine Box getötet wird. Wenn du diese Wahrheit zum Ausgangspunkt deines Tages werden lässt, hast du die Chance, einige ziemlich interessante Experimente zu machen.

Du könntest beispielsweise hingehen und absichtlich deine Box sterben lassen. Aus vergangenen Erfahrungen, bei denen deine Box vermöbelt wurde, weißt du bereits, was passiert. Es kommt eine ungewohnte Phase, bei der dir der Boden unter den Füßen weggerissen wird, während die Box desorganisiert ist und sich dann nach einer Weile – gewöhnlich eher als befürchtet – wieder von selbst zusammensetzt. Einige Charakterzüge der Box mögen sich verändert haben, doch die Box hat eine verblüffende Fähigkeit, automatisch wiederaufzuerstehen. Wenn deine Box getötet wird, gibt es nichts Bestimmtes für dich zu tun, um deine Box dazu zu bringen, zurückzukommen. Sie kommt von ganz alleine wieder zurück.

Dieses Phänomen nennt sich der „Phönixeffekt“. Der Phönixeffekt resultiert daraus, den totalen Unterschied zwischen Getötetwerden und Sterben zu entdecken. Wenn die Box getötet wird, dann stirbt nicht dein Körper. Der Phönixeffekt ermöglicht es, einige sagenhaft lohnende Experimente auszuprobieren. Beim Experimentieren mit dem Phönixeffekt ist die Strategie kontraintuitiv: Lass deine Box nach Belieben töten, so oft du nur kannst. An einem guten Tag kannst du deine Box schon vor dem Frühstück töten lassen. Und dann, während sich deine Box vor Schmerzen auf dem Fußboden windet und in üblicher Weise verbrennt und schreit, tritt einen Schritt zurück und beobachte voller Vergnügen, dass egal, wie oft die Box getötet wird, sich aus kalter dunkler Asche plötzlich eine neue Box erhebt.

Zu wissen, dass deine Box eine unbegrenzte Anzahl von Lebenszeiten hat, gibt dir die Möglichkeit, den Phönixeffekt absichtlich zu nutzen, um außergewöhnliche Anstrengungen zu unternehmen. Der Phönixeffekt besteht aus drei einfachen Schritten:

- 1) Probiere etwas Unmögliches oder Gefährliches für die Box aus.
- 2) Mach weiter, bis die Box getötet wird.
- 3) Lass die Box auseinanderfallen. Wenn nichts als Asche übrig ist, geh zurück zu Schritt 1.

Indem du tiefes Vertrauen zum Phönixeffekt entwickelst, erlangst du wieder eine inspirierende und natürliche Begeisterung dafür, das Unmögliche zu wagen. Rate mal, was das Experiment ist...

EXPERIMENT:

SPARK084.01 Wage in dieser Woche mindestens einmal täglich das Unmögliche. Geh das Risiko ein, etwas zu tun, zu sagen oder zu sein, das sich zuvor viel zu gefährlich angefühlt hat. Ich spreche nicht von körperlich gefährlichen Dingen wie Drachenfliegen oder Felsenklettern. Dein physischer Körper kann leicht zerquetscht, zerschnitten, zerschmettert oder gebrochen werden. Und im Unterschied zu der getöteten Box bist du tot, wenn du physisch getötet wirst. Lass dich nicht physisch töten. Wir brauchen dich, damit du dableibst und weiterhin Experimente machst. Wenn du experimentierst, entwickelt sich das Universum. Wenn du bei den SPARKs bis hierher gekommen bist, dann ist Weiterentwicklung ein Teil deiner Jobbeschreibung. Wenn du dich nicht entwickelst, wer dann? Achte also bitte auf dich und bleib da, solange du kannst.

Wenn ich davon spreche, „ein Risiko einzugehen“, dann weißt du, was ich meine. Während des Tages bist du oftmals wahrhaftig und verantwortlich dazu inspiriert, auf eine gewisse Weise zu agieren, zu sprechen oder zu sein. Jedes Mal, wenn du dich dagegen wehrst, dich gemäß deiner verantwortlichen Inspiration zu bewegen, verhältst du dich angepasst. Du gibst dein Zentrum irgendeiner Autoritätsfigur, die einen Wutanfall zu bekommen droht, wenn sie keine Kontrolle mehr über dich ausüben kann. Das Experiment besteht darin, in Gegenwart eines anderen, dem gegenüber du dich gerade angepasst verhältst, du selbst zu sein. Das ist die Art von Risiko, die es einzugehen gilt.

Geh zum Beispiel zu deinem Chef und mach ihm Vorschläge zur Verbesserung der Rentabilität eurer Firma. Oder setz deinen Kindern eine Grenze, von der du weißt,

dass sie notwendig ist. Oder triff dich privat oder beruflich mit jemandem, den du bisher gemieden hast und frag ihn, wie du die Verbindung zwischen euch verbessern kannst. Oder beginne mehr als ein aufrichtiges Gespräch mit deinem Partner über die schmerzhaften Hiebe, die eure heiligen Räume regelmäßig erfahren. Oder bitte deinen Partner spezifisch und detailliert, an den Intimitätsexperimenten, die du gerne mit ihm ausprobieren würdest, beteiligt zu sein.

Was ist das Schlimmste, das dir bei diesen Experimenten passieren kann? Es wird sich anfühlen, als würdest du energetisch oder emotional getötet. Gut. Lass dich töten. Es ist bloß deine Box, die getötet wird. Geh mit der Zuversicht eines Phönix geradewegs in die Propellerschraube, wissend, dass alles, was getötet wird, nur Illusion ist. Wenn es sich bei deinem Experiment ergibt, dass du im Fleischwolf landest, dann finde in dem Moment, in dem es zu mahlen beginnt, den Ruhepunkt in deinem tiefsten Inneren, den wortlosen, grundlosen Ursprungspunkt in dir, der nur ein einzige Gewissheit anerkennen muss: „Ich bin.“ Jenseits davon sind alle anderen Überlegungen überflüssig. Bleib in Kontakt mit diesem unauslöschlichen „Ich bin“ in deinem Inneren, während die emotionalen Flammen der Boxreaktionen sich selbst zu Asche verbrennen. Bleib präsent. Atme weiter. Lass deinen Verstand von der Erkenntnis „Ich kann getötet werden, ohne zu sterben“ durchdringen. Und dann beweise es. Lass deine Box behutsam noch mal von vorne anfangen, gereinigt, frei von Rache, nahezu ohne Verfestigung. Lass dich von hier aus wieder von deiner Inspiration bewegen, das Unmögliche zu versuchen. Getötet, aber nicht tot. Es kann eine interessante Art sein, so deinen Tag zu erleben.