

## SPARK 169

(Matrix Code: **SPARK169.00** for [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**UNTERSCHIEDUNG:** Zu wissen, woher du die Zeit hast, diesen SPARK zu lesen, ändert dich.

**VERTIEFUNG:** Radikale Verantwortung lässt dich Verantwortung für Dinge übernehmen, bei denen die meisten Menschen nicht erkennen, dass man für diese Verantwortung übernehmen kann. In diesem Fall sprechen wir von radikaler Verantwortung für Zeit. Insbesondere deiner Zeit. Spezifisch: Woher hast du die Zeit, diesen SPARK zu lesen?

Du könntest denken...

„*Ich habe mir die Zeit von meiner Arbeit genommen*“ oder „*Ich habe mir die Zeit von meinen Kindern genommen.*“ Das bedeutet, du bist ein Zeitdieb.

„*Ich habe die Zeit gefunden.*“ Das bedeutet, du bist ein Zeitplünderer im Zeitüberlebenskampf.

„*Ich habe sie zwischen anderen Dingen eingeschoben.*“ Das macht dich zu einem Zeiteinschieber.

„*Meine Frau gab mir die Zeit.*“ Das macht dich zu einem Opfer davon, ob die Leute dir Zeit geben oder nicht.

„*Ich habe die Zeit in meinem Kalender geplant.*“ Das heißt, dein Kalender besitzt deine Zeit.

„*Die Uhr hat getickt und ich habe die Zeit dafür genutzt.*“ Dann besitzt die Uhr deine Zeit.

„*Ich erhielt eine bestimmte Menge an Zeit als ich geboren wurde und habe etwas davon genutzt, um diesen SPARK zu lesen.*“ Dann steckst du in einem linearen Konzept von Zeit fest.

Radikale Verantwortung für Zeit beginnt, wenn du Zeit erzeugst, wenn du der Tatsache ins Auge siehst, dass *du nur etwas tun kannst, wenn du die Zeit dafür erzeugst*. Du siehst dich dann als *Zeitmacher*, und deine Identität wechselt. Dir wird klar: „*Ich habe die Zeit gemacht, um diesen SPARK zu lesen.*“ Dein Leben enthält all das, wofür du Zeit machst. Wenn du etwas nicht tust, dann deswegen, weil du nicht die Zeit dafür gemacht hast, es zu tun. Ende der Geschichte.

Es kann sein, dass du unbewusst Zeit machst, um bestimmte Dinge zu tun, die du in deinem Leben im Grunde nicht willst. Zum Beispiel, wenn du dich mit deiner Partnerin auseinandersetzt, mit deinem Nachbarn oder mit deinen Kindern streitest, über deine Kollegin tratschst, dich über deinen Chef beschwerst usw., dann hast du die Zeit gemacht, um diese Dinge zu tun. Sie könnten nicht stattfinden, wenn du dich weigertest, die Zeit für sie zu machen.

Du könntest ebenso leicht Zeit dafür machen, am Fluss entlang zu spazieren, dich auf der Couch einzurollen und ein Nickerchen zu machen, zu stricken, deine Hände in die Erde zu stecken oder Showmelodien zu singen: „*I said hello, Dolly! Well, hello Dolly! It's so nice to have you back where you belong!*“

## EXPERIMENT:

**SPARK169.01** Übe dich in dieser Woche darin, vor jeder Aktion einen Atemzug lang zu pausieren und dann laut auszusprechen, wofür du Zeit machen willst. Sag: „*Ich mache jetzt Zeit für...*“ und dann nennst du die Sache. Weigere dich, irgendetwas zu tun, wofür du nicht bewusst Zeit machst. Wenn du dir jeden Entscheidungspunkt der Zeitnutzung bewusst machst, könntest du plötzlich feststellen, dass du zu unerwarteten, aber höchst lohnenswerten Aktionen abweigst statt einfach nur zu tun, wozu dich deine Umstände und Gewohnheiten drängen. Du könntest zum Beispiel plötzlich sagen: „*Ich mache Zeit für meine Gymnastikübungen*“ oder „*Ich mache die Zeit, um meinen Bruder anzurufen.*“

Die Dringlichkeit einiger Dinge könnte dich in Versuchung bringen, sie mit *hoher Priorität* zu kennzeichnen. Wenn etwas *dringend* ist, aber *nicht wichtig*, könntest du es vielleicht an jemand anderen delegieren. Wenn es *dringend* und *wichtig* ist, dann kannst du höchst wirksam die ersten drei Dinge priorisieren und dich darauf fokussieren, sie zu erledigen. Manchmal machst du Zeit, um Dinge zu tun, die *nicht dringend* und *nicht wichtig* sind – in diesem Fall gäbe es wenig Konsequenzen, wenn du sie von deiner Liste streichst. Dann hast du eine ganze Liste von Dingen, die *nicht dringend*, aber *wichtig für dich* sind, Aktionen, die dein Sein nähren könnten, aber nicht dein Bankkonto, zum Beispiel zu lernen, die Okarina zu spielen, einen Meditationsraum in deinem Garten zu bauen, eine Familiengenealogie zusammenzustellen, einen *Stimmencolt* zu schnitzen, ein Drehbuch zu schreiben oder eine NGO zu gründen, um Menschen darin zu trainieren, wie Schulen der nächsten Kultur geführt werden. Indem du radikale Verantwortung für Zeit übernimmst, wird es deutlich, dass du diese *wichtigen*, aber *nicht dringenden* Dinge solange nicht machen wirst, bis du Zeit für sie machst – etwas, das nur *du* machen kannst. Und das könnten gerade die Dinge sein, die seit deiner Geburt dein Beitrag für die Menschheit sind.

Beginne eine neue Seite in deinem *Beep! Buch* mit der Überschrift *Wichtige Abenteuer*, wo du die *wichtigen*, aber *nicht dringenden* Dinge auflistest, nach deren Verwirklichung sich deine Seele sehnt, bevor du stirbst. Es könnten 20 Dinge sein. Es könnten 50 sein. Du könntest nicht wissen, wie du sie bewerkstelligen sollst. Sie könnten dein Budget überschreiten, unmöglich oder verboten sein. Schreib sie trotzdem auf.

Dann kreise drei von ihnen ein, die ersten drei, auf die deine Aufmerksamkeit fällt. Du kannst später immer noch deine Meinung ändern.

Such dir eines deiner drei *wichtigen Abenteuer* heraus und beginne es jetzt. Mach Zeit dafür. Wie? Minimiere dein *JETZT* und steig in eine der Lücken, die sich zwischen jedem Moment befinden. Dann übernimm Verantwortung dafür, die Zeit zu erzeugen, jetzt einen mikroskopisch kleinen Schritt zu tun, egal was. Genau jetzt. Vielleicht wird deine Aktion gelingen. Vielleicht nicht. Das macht nichts, denn während du Dinge tust, die ein *wichtiges Abenteuer* weiterbewegen, bist du in Ekstase. Nimm die Ekstase deines Seins zur Kenntnis. Genieße jeden Augenblick davon bis zum Gehnichts. Du kannst jederzeit zurückkommen und mehr davon haben, wenn du die Zeit dafür machst.

Hier ist ein Hinweis: Wenn eines deiner *wichtigen Abenteuer* darin besteht, ein Drehbuch zu schreiben, und du die Taktik benutzt, zu versuchen, all deine *dringenden* und *wichtigen* Arbeiten schnell genug erledigt zu bekommen, so dass dir genügend Überschuss an Zeit bleibt, um endlich dein Drehbuch zu schreiben, dann wird das Schreiben nie stattfinden. Stimmt's? Das hast du wahrscheinlich schon ausprobiert. Eine alternative Taktik ist, deinen Verstand zu benutzen, um deinen Verstand auszutricksen: Wach morgens auf (oder wann immer du anfängst, wild zu kreieren – für einige ist das vielleicht Mitternacht...) und schreib dein Drehbuch zuerst, vor den *dringenden* und *wichtigen* Dingen. Verfolge dein *wichtiges Abenteuer* zuerst, damit deine Seele Feuer fängt, und dann wird deine Seele die Realität so leicht biegen wie ein Messer warme Butter durchschneidet, um deine *dringenden* und *wichtigen* Dinge auch zu erledigen, als Nebenwirkung davon, in Seelenekstase zu sein.

**SPARK169.02** Finde heraus, wie du dich schneller als die Geschwindigkeit der Zeit bewegen kannst. Mach es dir in der Realität zur Praxis und mach es so oft wie möglich. (Hinweis: Die meisten Menschen verbringen ihren Tag damit, der Zeit hinterherzurrennen. Sie sind ein rasendes Opfer, das den unwiederbringlichen Sekunden hinterherstürmt und versuchen, ein Ziel im gleichen Moment zu erreichen, wo die Uhr eine bestimmte Stunde erreicht. Wie kannst du dorthin kommen, bevor die Uhr es tut?)