

SPARK 011

(Matrix Code: **SPARK011.00** for StartOver.xyz game.)

DISTINCTION : La responsabilité est la procédure pour le changement.

NOTES : Tu as été formé depuis ton enfance à éviter les responsabilités. La formation s'est passée ainsi : Chaque fois que tu revendiquais que tu étais responsable pour avoir causé un problème, tu étais effectivement puni. Ceux qui évitaient les responsabilités s'en sortaient sans pénalités. Par exemple, si tu jetais une balle à travers le salon avec tes frères et cassais le bol de service en cristal de ta mère et ton père entrerait en fureur en demandant, "Qui a fait cela ?" et tu disais, "Moi.", tu pouvais t'attendre à une fessée. Mais si au contraire, tu plongeais sur le canapé et prétendais de lire un livre quand ton père demandait "Qui a fait cela ?" et tu haussais les épaules en disant, "Peut-être le tremblement de terre ?" la pire chose qui pouvait t'arriver était probablement un mauvais regard.

Quelle que soit la façon dont la formation s'est passée pour toi, le résultat était le même. Tu peux arriver à la conclusion que prendre des responsabilités apporte plus de problèmes que d'éviter les responsabilités. Prendre des responsabilités est équivalent à porter un fardeau inutile et inconfortable, être accusé, être coupable, être honteux, gêné, payer un prix injuste, et être assez stupide pour se faire attraper et punir.

Que tu le saches ou non, cette relation négative avec la responsabilité est restée en toi. À l'âge de quinze ans, tu acquies la capacité structurelle d'assumer la responsabilité d'un adulte, mais la culture occidentale n'entraîne pas son peuple dans cette nouvelle modalité et donc, tu n'as jamais appris comment. A travers un élan terne et sans vie, ton habitude de rechercher le minimum de responsabilités se poursuit sans relâche.

Éviter inconsciemment la responsabilité te mène loin d'un monde d'options et te lie à un autre. Le monde auquel tu es lié est le monde du drame inférieur. Tu es si intime avec le drame inférieur que mettre en lumière ses manifestations caractéristiques (ex : famine, guerre, surpopulation, pollution, prisons, terrorisme, vandalisme, corruption, etc.) semble si banal qu'il résiste à tout questionnement analytique. Sans une éducation spéciale, spécifique et étendue, ce lien au monde du drame inférieur restera inexaminé et inébranlable. Le monde auquel tu es tenu à l'écart est le monde du drame supérieur. La technologie pour créer des résultats à caractéristiques de drame supérieur (ex : intégrité, compassion, reconnaissance, abondance, amour archétypique, respect, compréhension, etc.) semble tellement étranger que cela pourrait peut être seulement être une fantaisie irréaliste.

Comparer le monde de l'irresponsabilité avec le monde de la responsabilité est assez intéressant. Les outils pour l'irresponsabilité sont l'accusation, la déception, les excuses, le contrôle, la supériorité, avoir raison, la revanche, le ressentiment, l'extorsion, les justifications, la territorialité, la manipulation, la domination, la victimisation, le manque, la compétition et ainsi de suite. Les outils pour la responsabilité sont la clarté, la dignité, l'apprentissage, l'engagement, l'intégrité, la

gentillesse, l'impeccabilité, les possibilités, la création, les relations, l'acceptation, le courage, la générosité, la communication, la joie, l'ouverture, la transformation et ainsi de suite. Le leadership, la direction et les relations apparaissent autant dans le monde responsable qu'irresponsable, avec des méthodes radicalement différentes et des résultats tout aussi différents.

La connexion entre la responsabilité et le changement est découverte plus facilement en pensant à son inverse. Si tu n'es pas responsable pour avoir créé tes circonstances telles qu'elles sont dans chacun de leurs aspects, alors peux-tu changer quelque chose ? La réponse est non. Le changement commence lorsque tu prends la responsabilité pour arranger tous les événements t'amenant exactement où tu es maintenant. Pas d'excuses, pas d'accusations, pas de plaintes, pas de ressentiments, n'attend pas d'être sauvé, ne cherche pas à te venger, ne joue pas au jeu "je te l'avais bien dit", tout cela ne crée pas de changement. La procédure pour le changement commence avec toi lorsque tu renouvelles tes pleins pouvoirs en t'appropriant la création de la situation en premier lieu.

EXPÉRIMENTATION :

SPARK011.01 Choisi une situation spécifique dans ta vie que tu voudrais changer. Pour cette expérimentation, choisis une situation où tu te sens impuissant de créer aucun changement parce que tu n'y es pas autorisé, tu n'as pas la permission, tu n'es pas assez compétent ou parce que ce n'est pas de ta faute. Cette situation peut être n'importe quoi, d'un feu rouge manqué à une intersection près de chez toi, à des voisins qui se disputent tout le temps, à un robinet qui fuit, à un client qui est déçu par ton entreprise, à ton copain qui est plus intéressé par ses emails ou par la télévision que de te parler.

Une fois que tu as choisi la situation, commence à l'examiner d'un point de vue plus holistique. La responsabilité est un effet secondaire de la conscience. La conscience se conforme aux limites de l'histoire que tu utilises. Étendre l'histoire que tu te racontes à propos de la situation au delà des perspectives égocentriques de ta Box étend aussi ta responsabilité.

Commence par réinventer ton histoire à propos de la situation afin que tu sois complètement à cent pour cent responsable d'arranger la situation d'être exactement telle qu'elle est. L'expérimentation commence lorsque tu racontes cette histoire responsable à quelqu'un d'autre, énonçant clairement comment tu es responsable. Par exemple, de temps en temps les êtres humains changent d'humeur. Une humeur est causée par une polarité interne non résolue ou inexprimée, ce qui signifie que deux points de vue peut-être contradictoires se trouvent dans tes cinq corps en même temps. Souvent, nous voulons accuser l'autre personne ou une institution d'avoir causé cette humeur en nous, mais être dans une humeur est de la nourriture pour ton Gremlin, et *tu* es la personne qui tient les deux points de vue contradictoires ! Cela signifie que tu as le pouvoir de résoudre ces positions paradoxales, ce qui peut se produire simplement en partageant cette polarité à une autre personne. La prochaine fois que tu commences à tomber dans une humeur, prends la responsabilité de ne pas avoir communiqué les deux bouts de tes positions polarisées. Par exemple, "Je suis dans cette humeur parce que j'ai cette polarité en

moi qui est que je voudrais vraiment suivre mes restrictions alimentaires et en même temps, je voudrais profiter des bonnes choses qui sont servies à cette fête comme tout le monde.” Ou “Je suis vraiment engagé à mettre de l’argent de côté et en même temps, *Jurassic World* est encore dans la grande salle de cinéma en 3D quelques jours.” Ou “J’aimerais beaucoup aller marcher avec toi maintenant et en même temps c’est vraiment important pour moi de finir ce projet.” En communiquant ta responsabilité de créer ta propre humeur douloureuse, l’autre personne entend et comprend ta contradiction interne et cette conscience partagée peut tout changer.

Cette nouvelle perspective peut sembler stupide au début. Pourtant, vas-y, fais l’hypothèse que ton irresponsabilité est révocable et essaye quelques expérimentations. *“Alors, je suis responsable de l’avoir créée ainsi. De quoi aurais-je besoin pour changer quelque chose? Probablement le contraire de ce que j’ai fait pour l’avoir créée ainsi !”* Si tu as créé la situation en silence, en te cachant, en l’ignorant, en espérant qu’elle se réglerait par elle-même, alors la recréer pourrait bien se produire en parlant à voix haute, en étant impliqué, en partageant tes vrais sentiments et souhaits, en y faisant particulièrement attention. Commence en utilisant les outils que tu utilisais pour créer cette situation de la manière irresponsable afin de créer la situation de façon responsable.

Réalise cette procédure expérimentale d’abord sur des petites choses, puis attaque-toi à des choses de plus en plus grandes.