

SPARK 011

(Codice Matrice: SPARK011.00 per il gioco StartOver.xyz)

DISTINZIONE: La Responsabilità è la procedura per il cambiamento.

NOTE: Sei stato addestrato fin dall'infanzia a evitare la responsabilità. L'allenamento è andato così: ogni volta che sostenevi di essere responsabile di aver causato qualche problema sei stato effettivamente punito. Coloro che hanno evitato la responsabilità se ne sono andati senza pena. Ad esempio, se stavi lanciando una palla nel soggiorno con i tuoi fratelli e hai rotto la ciotola da portata del servizio di cristallo di tua madre e tuo padre è entrato di corsa dicendo: "Chi è stato?" e tu hai detto: "Sono stato io", potresti aver velocemente ricevuto una sculacciata. Ma se invece ti sei tuffato sul divano e hai fatto finta di leggere un libro quando tuo padre ha chiesto "Chi è stato?" e hai scrollato le spalle dicendo: "Forse c'è stato un terremoto?" la cosa peggiore che hai ricevuto è stata probabilmente un'occhiata di traverso.

In qualsiasi modo sia andato l'allenamento, il risultato è stato lo stesso. Sei arrivato alla conclusione che assumersi la responsabilità porta più problemi che evitare la responsabilità. Assumersi la responsabilità è equiparato a portare un peso non necessario e scomodo, essere incolpato, sentirsi in colpa, provare vergogna, essere imbarazzato, pagare un prezzo ingiusto, ed essere abbastanza stupido da farsi beccare e punire.

Che tu lo sappia o no, questa relazione negativa con la responsabilità è rimasta con te. All'età di quindici anni acquisisci la capacità strutturale di assumerti la responsabilità adulta, ma la cultura occidentale non accompagna la sua gente in questa nuova modalità, così non hai mai imparato come farlo. Con questo stimolo grigio e apatico, la tua abitudine di cercare la minima responsabilità, continua senza interruzione.

Evitare inconsciamente la responsabilità ti respinge da un mondo di opzioni e ti vincola ad un altro. Il mondo a cui sei legato è il mondo del Low Drama (dramma basso). Sei così intimo con il mondo del Low Drama che sottolineare le sue manifestazioni caratteristiche (ad esempio fame, guerra, sovrappopolazione, inquinamento, prigionie, terrorismo, vandalismo, corruzione, ecc.) sembra così banale da essere innominabile. Senza un'educazione specifica ed estesa, questo legame con il mondo del Low Drama rimarrà sconosciuto e integro. Il mondo da cui sei respinto è il mondo dell'High Drama (*Dramma Alto*). La tecnologia per creare risultati caratterizzati da High Drama (ad es. integrità, compassione, accettazione, abbondanza, amore archetipico, rispetto, comprensione, ecc.) sembra così estraneo da essere solo una fantasia irrealistica.

Paragonare il mondo dell'irresponsabilità con il mondo della responsabilità è abbastanza interessante. Gli strumenti dell'irresponsabilità sono la colpa, inganno, scuse, controllo, superiorità, avere ragione, vendetta, risentimento, estorsione, giustificazione, territorialità, manipolazione, dominio, vittimismo, scarsità, competizione e così via. Gli strumenti della responsabilità sono la chiarezza, dignità, apprendimento, impegno, integrità, gentilezza, impeccabilità, possibilità, creazione, relazione, accettazione, coraggio, generosità, comunicazione, gioia, apertura, trasformazione e così via. La leadership, la gestione e le relazioni avvengono sia nei mondi responsabili che in quelli irresponsabili, con metodi radicalmente diversi e risultati altrettanto diversi.

La connessione tra responsabilità e cambiamento si può scoprire più facilmente pensando in negativo. Se non sei responsabile per aver creato le tue circostanze come sono sotto ogni aspetto, puoi cambiare qualcosa? La risposta è no, il cambiamento inizia con te che ti assumi la responsabilità di aver organizzato tutti gli eventi che ti hanno portato esattamente fino a dove sei ora. Non le scuse, non la colpa, non il lamento, non il risentimento, non l'aspettare di essere salvato, non il cercare vendetta, non il giocare a "Te l'avevo detto", questi non creano cambiamento. La procedura per il cambiamento inizia con te che prendi pieno potere assumendo la responsabilità di aver creato la situazione in primis.

ESPERIMENTO:

SPARK0011.01 Scegli una situazione specifica nella tua vita che vorresti cambiare. Per questo esperimento scegli una situazione in cui ti senti impotente nel fare un cambiamento perché non sei autorizzato, non certificato, non qualificato, o perché non è colpa tua. Questa situazione potrebbe essere qualsiasi cosa, dalla mancanza di un semaforo a un incrocio vicino a casa tua, ai vicini che litigano sempre tra loro, a un rubinetto gocciolante, a un cliente che è deluso dalla tua azienda, al tuo compagno più interessato alle e-mail o alla televisione che a parlare con te.

Una volta che hai scelto la situazione, inizia ad esaminarla da un punto di vista più olistico. La responsabilità è un effetto collaterale della consapevolezza. La consapevolezza si conforma ai limiti della storia che usi. Estendendo la storia che racconti a te stesso sulla situazione oltre la prospettiva auto centrata della tua Scatola, si estende anche la tua responsabilità.

Inizia reinventando la storia che ti fai sulla situazione, in modo da essere completamente al cento per cento responsabile di avere tu organizzato la situazione per essere esattamente com'è. L'esperimento inizia quando racconti questa storia responsabile a qualcun altro, spiegando chiaramente in dettaglio come ne sei responsabile. Ad esempio, di tanto in tanto gli esseri umani entrano in diversi stati d'animo. Un umore è causato da una polarità interiore irrisolta o inespressa, che significa che mantieni due punti di vista forse contraddittori nei tuoi 4 corpi allo stesso

tempo. Spesso vogliamo incolpare l'altra persona o un'istituzione per aver causato questo stato d'animo in noi, ma essere in preda agli umori è cibo del Gremlin, e tu sei quello che mantiene i due punti di vista irrisolti! Questo significa che tu hai il potere di risolvere le posizioni paradossali, il che può accadere semplicemente inserendo la polarità nella coscienza di un'altra persona. La prossima volta che inizi a scivolare in uno stato d'animo, assumiti la responsabilità di non aver comunicato le due estremità delle tue posizioni polarizzate. Ad esempio, "Sono in questo stato d'animo perché ho questa polarità in me per cui voglio davvero attenermi alle mie restrizioni dietetiche, , e anche voglio davvero godermi tutte le delizie offerte a questa festa come tutti gli altri ". Oppure, "Sono davvero impegnato a risparmiare i nostri soldi, e anche danno *Jurassic World* in 3D sul grande schermo soltanto più per qualche giorno." O, "Mi piacerebbe molto andare a fare una passeggiata con te ora, e anche è molto importante per me portare a termine questo progetto." Comunicando la tua responsabilità per aver creato il tuo stato d'animo doloroso, l'altra persona ascolta e comprende la tua contraddizione interiore, e questa consapevolezza condivisa può cambiare tutto.

Questa nuova prospettiva può sembrare ridicola in un primo momento. Continua comunque, supponi che la tua irresponsabilità sia revocabile e fai alcuni esperimenti. "Quindi, sono responsabile di averlo creato così. Che cosa dovrei fare per cambiarlo? Probabilmente il contrario di quello che ho fatto per crearlo in questo modo!". Se hai creato la situazione attraverso il silenzio, nascondendoti, ignorandola, o sperando che andasse via, potresti ricrearla attraverso il parlarne ad alta voce, farsi coinvolgere, condividere le tue vere emozioni e desideri, e prestando particolare attenzione a essa. Inizia a utilizzare le metodologie che hai usato per creare la situazione in questo modo, per crearla in un modo diverso.

Esegui questa procedura sperimentale prima su piccole cose, e poi passa a cose sempre più grandi.

Ti auguro il meglio,
Clinton