

## SPARK 022

(Matrix Code: **SPARK022.00** for [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**UNTERSCHIEDUNG:** Du kannst Menschen verändern, indem du deine Geschichten über sie veränderst.

**VERTIEFUNG:** Die Art, wie du eine Person erlebst, wird zwangsweise auf deine Geschichten über diese Person beschränkt. Jedes Mal, wenn du eine Person siehst, über sie nachdenkst oder über sie sprichst, handelst du so, als wüsstest du bereits, wer sie ist, weil du dich an deine Geschichte über sie erinnerst. Dann widmest du dich dem Ziel, alte Beweise in Erinnerung zu rufen oder neue Beweise zu finden, um deine Geschichte zu bekräftigen. Jedes Mal, wenn du Beweise findest, denkst du: „Siehst du! Die Geschichte IST wahr. Hier ist der Beweis!“ Du begegnest dann dieser Person so, als *sei* sie deine Geschichte über sie. Es ist erschreckend zu erkennen, dass du deine Geschichten für wahr hältst, obwohl du sie gerade erst selbst erfunden hast!!! Es ist sogar noch erschreckender zu erkennen, dass du durch den Glauben an deine eigenen Geschichten eigentlich nicht wahrnimmst, wer eine Person wirklich ist!

Die Tatsache, dass du deinen eigenen Geschichten glaubst, ist ein Gesetz der Box-Mechanik. An diesem Gesetz ist nichts falsch oder schlecht. Es beschreibt auf neutrale Weise, wie die Box funktioniert. Possibility Management zielt darauf ab, die grundlegenden unbewussten Mechanismen der Box-Mechanik zu verstehen, und dann diese gleichen Mechanismen für bewusste verantwortliche Zwecke einzusetzen.

In diesem Fall kannst du radikale Verantwortung für das Erfinden deiner Geschichten übernehmen, indem du dich daran erinnerst, dass es immer genügend Beweise gibt, um *jede* Geschichte zu stützen. Das heißt, jede Geschichte, die du erfindest, kann als „wahr“ bewiesen werden. Ein solches nichtlineares Prinzip in die Praxis umzusetzen, verleiht dir die Fähigkeit, neu zu erfinden, wer Menschen sind, indem du die Geschichten neu erfindest, die du über sie erzeugst.

Stell dir vor, du bist mit Freunden auf einer Party und jeder hofft, dass Georg vorbeikommt. Menschen erleben Georg als den großartigsten Kerl, den man auf einer Party haben könnte, weil er so freundlich und verständnisvoll ist. Er hat einen so warmen Sinn für Humor und kann einem sowohl in aller Ernsthaftigkeit zuhören als auch zur gleichen Zeit einen Hauch Leichtigkeit in jedes Gespräch bringen. Und Georg kommt. Aber Georgs Geschichte über sich selbst ist, dass er schüchtern, ein bisschen dumm, nicht sehr attraktiv ist, und dass es ihm an Charisma fehlt. Wer hat die wahre Geschichte? Die Menschen, die Georg erleben oder Georg selbst?

Die Antwort ist leichter zu erkennen, wenn man das Beispiel herumdreht. Es kommt ein anderer Typ zur Party. Sein Name ist Bernd. Bernd denkt, er sei der coolste Typ in der Stadt. Er zieht sich gut an, gibt immer einen schlaun Kommentar zum Besten, kennt sich aus, und kann es nicht abwarten, dass all die hübschen Mädchen zu ihm kommen und mit ihm flirten. Bernd kommt zur Tür herein und die Leute auf der Party sehen sich erschrocken an und denken: „Oh mein Gott! Wer hat denn diesen Blödmann eingeladen?“ Und jeder nimmt Abstand und hofft, dass sich Bernd nicht zu

ihm gesellt. Wer hat die wahre Geschichte? Die Leute, die Bernd erleben, oder Bernd selbst?

Das gibt dir erstaunliche Kräfte zur Neuerfindung. Wenn du authentisch änderst, wie du eine Person erlebst, indem du Beweise findest, mit denen du eine neue Geschichte über sie stützt, dann ist sie verändert! Du erfindest sie neu, indem du deine Geschichten über sie neu erfindest.

Wenn es Beweise gibt, jede Geschichte zu stützen, warum dann nicht Geschichten über Menschen erfinden, bei denen sie geheilt werden? Bei denen sie mehr Möglichkeit haben? Bei denen sie tapfer und gütig und gesund und glücklich sein können? Wenn du dich wirklich dazu verpflichtest, neu zu erfinden, wer jemand ist, dann ist sogar die winzigste Spur eines Beweises mehr als ausreichend, um eine vollkommen neue Geschichte über denjenigen in dir zu tragen. Wenn du eisern bei deiner Geschichte bleibst, die eine neue Möglichkeit birgt, wenn du dich weigerst, deine Meinung über deine neue Geschichte zu ändern, dann änderst du im Grunde, wer der andere ist, indem du änderst, wie du ihn erlebst.

### **EXPERIMENTE:**

Wenn du damit experimentierst, zu ändern, wer jemand ist, indem du andere Geschichten über ihn erfindest, hilft es, zunächst einmal die Lautstärke deiner inneren geschichtenerzählenden Stimme aufzudrehen. Werde plötzlich zu einem bewussten Publikum deiner eigenen inneren Fernsehshow. Nimm wahr, dass du in der Tat einen inneren Geschichtenerzähler hast, der fast nie den Mund hält! Erst nachdem du diese Trennung vornimmst und dir einen inneren Zuhörer für die Show deines Geschichtenerzählers zulegst, kannst du damit beginnen, die verschiedenen Geschichten zu beobachten und zu klassifizieren, die du am laufenden Band über dich selbst und andere und die Lebensbedingungen erfindest. Dieses Experiment besteht aus drei Schritten.

- 1) **SPARK022.01** Nimm dir während der Mittagspause in der Cafeteria, während einer langen Sitzung oder einer Party, auf der sehr viele dir bekannte Menschen sind, fünfzehn Minuten lang Zeit und setz dich mit einem Blatt Papier irgendwo alleine hin. Unterscheide innerlich zwischen deinem Geschichtenerzähler und deinem Publikum. Dann schreib fünfzehn Minuten lang all die Geschichten auf, die der Erzähler erzählt. Sieh dir einfach eine Person an und schreib die Geschichten auf, die du über sie erfindest, gute, schlechte oder hässliche. Schreib auch die Beweise auf, die du verwendest, um diese Geschichten zu stützen. Merke, wie du automatisch den Schluss gezogen hast, dass diese Geschichten wahr sind.
- 2) **SPARK022.02** Wähle drei Menschen aus, über die du Geschichten erfunden hast, die generell negativ sind oder deren Unfähigkeit herausstellen. Du könntest beim Schritt 1 beispielsweise geschrieben haben: „Robert – kontrollierend, manipulativ, erschöpft, wütend, sieht immer die negative Seite der Dinge.“ Überlege zunächst, welcher Absicht es dient, solche Geschichten aufrechtzuerhalten. (Eine der häufigsten Absichten besteht darin, einen Feind zu haben!) Nun schreib für jede dieser drei Personen neue mögliche Geschichten auf, unter Einbeziehung der spezifischen Beweise, die du zur

Untermauerung dieser neuen Geschichten nutzen könntest. Du könntest zum Beispiel schreiben: „Robert – Visionsträger für Tadellosigkeit, dem Erfolg verpflichtet, aufmerksam gegenüber Details, wichtige Führungsressource.“

- 3) **SPARK022.03** Lies während der nächsten Tage immer wieder deine Möglichkeitsgeschichten über diese drei Personen durch. Verwende jedes Mal, wenn du an sie denkst, nur deine neuen Geschichten. Ignoriere die alten Beweise. Achte darauf, ob sich deine Wahrnehmung von ihnen verändert. Erzähle nach und nach einigen anderen Menschen deine neuen Geschichten über diese Personen. Versuch nicht, irgendetwas zu beweisen oder zu diskutieren. Sag einfach, dass es für dich so ist. Betrachte die neuen Geschichten als wahr. Dann, wenn sich die Gelegenheit ergibt, mit einer der drei Personen, die du neu erfunden hast, zusammen zu sein, erzähle ihnen, wer sie für dich sind. Nenne spezifische Beweise. Führe keine Gründe an, warum du ihnen das erzählst. Beobachte, was passiert.