

SPARK 101

(Matrix Code: **SPARK101.00** for StartOver.xyz game.)

UNTERSCHIEDUNG: Du glaubst vielleicht, es zu verstehen. Du glaubst vielleicht, es nicht zu verstehen. Beides sind Illusionen.

VERTIEFUNG: Was, wenn du das Bedürfnis verspüren würdest, die zwanzig größten Probleme der Welt zu verstehen? (wie sie in J. F. Rischards inspirierendem Buch *Countdown für eine bessere Welt. Lösungen für 20 globale Probleme* dargelegt werden.) Mehr und mehr Menschen erkennen die verheerenden Umstände, in die wir uns auf globaler Ebene gebracht haben: massive Überbevölkerung, globale Klimaveränderungen, Abholzung und Verlust der Artenvielfalt, heilresistente Krankheiten, Umweltverschmutzung, Frischwasserdefizit, unhaltbarer Verbrauch begrenzter natürlicher Rohstoffe, um nur einige zu nennen. Jedes einzelne Problem könnte der Zivilisation ein Ende bereiten, wie wir wissen. Wie gut verstehst *du* diese Probleme?

Vielleicht glaubst du, deutlich zu verstehen, wie hoffnungslos es ist, und deshalb schließt du daraus, dass es nichts gibt, was du tun kannst. Auf der anderen Seite glaubst du vielleicht, dass du diese Probleme *nicht* verstehst, weil sie so komplex sind, und deshalb schließt du daraus, dass es nichts gibt, was du tun kannst. Und dann tust du aufgrund deiner Schlussfolgerung nichts und siehst zu, wie die Welt sich selbst verwüstet. Mit ein wenig Schadenfreude im Bauch denkst du: „Hoffentlich wird das eine Lektion für die Menschen sein, die das hätten verhindern können!“

Ich erhebe hier Einwand mit deiner Schlussfolgerung, dass es nichts gibt, was du tun kannst. Nicht, weil sie zwangsläufig falsch ist. Ich erhebe einfach deshalb Einwand, weil sie eine *Schlussfolgerung* ist.

Es tritt eine automatische Kette von Ereignissen ein, wenn deine Box eine Schlussfolgerung trifft. Wenn deine Box zum Beispiel zu dem Schluss kommt, dass du nicht weißt, wie du etwas machen sollst, dann muss dieser Schlussfolgerung eine Erfahrung folgen, die beweist, dass deine Box *Recht* hat, dass du in der Tat nicht herausfinden *kannst*, wie du diese Sache bewerkstelligen sollst. Deine Box arrangiert es so für dich, dass du genau diese Erfahrung machst.

Die Tatsache, dass du deiner Box erlaubst, eine Schlussfolgerung beizubehalten, könnte das, was wirklich für dich möglich ist, blockieren. Wenn deine Box beispielsweise zu dem Schluss kommt, dass du es *verstehst*, dann sitzen deine wahren Möglichkeiten in dem Bedürfnis deiner Box fest, die Illusion aufrechtzuerhalten, dass du es verstehst. Wenn deine Box zu dem Schluss kommt, dass du es *nicht* verstehst, dann sitzen deine wahren Möglichkeiten in dem Bedürfnis deiner Box fest, die Illusion des Nichtverstehens aufrechtzuerhalten. Deine Verpflichtung, die Schlussfolgerungen deiner Box zu unterstützen, lenkt dich davon ab, zu erkennen, dass die Schlussfolgerungen blockieren, was sonst noch für dich möglich ist. Wenn du zum Beispiel die Frage stellst: „Wer bin ich?“, und deine Box folgert, dass du wissen musst, wer du bist, dann lenkt dich das Affentheater, dass du aufführst, um zu beweisen, dass deine Box Recht hat, von der Erkenntnis ab, dass du vielleicht die verkehrte Frage stellst. Dadurch wird dir die Sicht auf die Möglichkeit

genommen, eine völlig andere Grundlage für deine täglichen Interaktionen zu gebrauchen.

Statt die Box Schlüsse ziehen zu lassen, könntest du alternativ die Gabe entwickeln, weder interne Schlüsse (über dich selbst) noch äußere Schlüsse (über andere und die Welt) zu ziehen. Ohne Schlussfolgerungen kannst du einfach so sein, wie du bist, und brauchst weder Beweise noch Erfahrungen, um dich den Schlussfolgerungen der Box anzupassen. Wenn sich dann die Gelegenheit einer neuen Herangehensweise ergibt, hast du die Freiheit, diese sofort durchzuführen ohne erst jede vorher getroffene Schlussfolgerung deiner Box widerlegen zu müssen.

Worum es bei dieser ganzen Sache geht, ist, dass das Schlussfolgern nicht wirklich notwendig ist. Das Schlussfolgern ist eine Kontrolltaktik der Box, Dinge für endgültig zu erklären, die nicht für endgültig zu erklären sind (zum Beispiel Müll wegzuerwerfen und zu glauben, dass der Müll damit beseitigt sei), oder Dinge auszuschließen, die nicht auszuschließen sind (zum Beispiel zu glauben, dass Menschen aus einer anderen Kultur getrennt von uns seien). In Wirklichkeit gibt es so etwas wie eine Schlussfolgerung nicht, denn alles befindet sich im Fluss und alles ist mit allem anderen verbunden. Schlussfolgerungen existieren nur im Verstand. Die Tür steht jetzt zu einigen sehr interessanten Experimenten offen.

EXPERIMENT:

SPARK101.01 Bei diesem Experiment geht es darum, keine Schlüsse zu ziehen, weder über dich selbst und was möglich für dich ist, noch über andere Menschen und deine Umstände, seien sie unmittelbar oder global. Das heißt, du experimentierst damit, überhaupt keine Schlüsse zu ziehen.

Die Box benutzt Schlussfolgerungen wie Bausteine, um die vertrauten Wände und Strukturen ihrer kontrollierbaren Domäne aufzubauen. Beginne dein Experiment damit, dass du beobachtest, wie häufig deine Box Schlussfolgerungen produziert, die du in deinem Denken und Planen gebrauchst. Die Box benutzt Erfahrung, um *interne* Schlüsse zu ziehen, wie: *Ich bin fit genug, um das zu schaffen, ich bin krank und am sterben, mir geht es nicht gut, das kann ich nicht bewältigen, das ist unmöglich für mich, dafür bin ich zu alt, demgegenüber bin ich machtlos, die Aufgabe ist zu klein für mich, für mich muss es auf diese Art und Weise sein, ich weiß nicht, wie ich das machen soll, ich habe kein Recht dazu, ich bin zu gut dafür und so weiter.* Beobachte gleichzeitig, wie deine Box Beweise gebraucht, um *äußere* Schlüsse zu fabrizieren, wie: *Ich bin besser als er, ich bin der Beste, sie liebt mich nicht, das ist gegen die Regeln, ich habe keine Erlaubnis, das zu tun, dafür bin ich nicht reich genug, er wird mich verlassen, ich werde gefeuert werden, wenn ich um das bitte, ich bin zu spät, ich habe nicht genug Zeit, ich bin nicht zertifiziert, ich bin ihnen egal, ich werde eine schlechte Figur machen, ich habe nicht die Erlaubnis, das zu entdecken, es ist verboten ...* so viele Schlussfolgerungen!

Nachdem du einige der Schlussfolgerungen deiner Box zusammengestellt hast, kannst du beginnen.

Es existiert einen Zustand von Gnade, wo du überhaupt keine Schlüsse ziehst. Dieser Zustand kann öfter erreicht werden, wenn du seine Bezeichnung hast. Lee

Lozowick nennt diesen Zustand den „Zieh-keine-Schlüsse-Geist“. Du kannst deinen Weg in den *Zieh-keine-Schlüsse-Geist* finden, indem du einfach das bemerkst, was sich um dich herum auf jeder Ebene abspielt und damit präsent bist, ohne es mit Gewalt dazu zu bringen, vollständig, exklusiv, stabil oder verständlich zu sein. Selbst wenn du wütend auf jemanden bist, kannst du keine Schlüsse ziehen. Selbst wenn du Angst davor hast, was passieren könnte, wenn totales Chaos ausbricht, wenn du glaubst, du seiest inkompetent, wenn du bereits ein Dutzend mal gescheitert bist, wenn du verwirrt, müde oder bloßgestellt bist, wenn die Lage vollkommen verloren aussieht, wenn du sicher bist, dass es keine Hoffnung gibt – selbst wenn du denkst, du liegst vorne oder hättest den Wettkampf schon gewonnen, selbst dann kannst du ohne Schlüsse sein. Bleib in deiner gegenwärtigen Erfahrung und lass es so sein, ohne eine Schlussfolgerung.

Such dir als nächstes eine aufregende, attraktive oder inspirierende, aber ungewöhnliche Aktion zum Ausprobieren aus – etwas Einfaches zunächst, z. B. einen neuen potentiellen Kunden oder Partner anzurufen. Sobald du eine neue Verhaltensweise ausprobierst, wirst du den Schlussfolgerungen deiner Box begegnen. *Das ist falsch. Das ist zu beängstigend. Das kann ich nicht tun.* Schreib jede Schlussfolgerung auf, die dir einfällt. Benutze den Vorgang des Aufschreibens dazu, die Schlussfolgerung verschwinden zu lassen. Beginne dann noch einmal mit der Aktion, ohne Schlussfolgerungen. Gib den Überlegungen *Ich verstehe es* oder *ich verstehe es nicht* keinerlei Gewicht. Fang noch einmal an, und noch einmal und tu, was auch immer du tun musst, ohne Schlussfolgerungen.

Mach weiter. Der *Zieh-keine-Schlüsse-Geist* kann zu der Art werden, wie du die Straße entlanggehst, der Art, wie du ein geschäftliches Meeting angehst oder das Aikido Dojo für eine Prüfung betrittst, der Art, wie du deinen Emails begegnest, und der Art, wie du dich zum Frühstück mit deiner Familie hinsetzt.