

## SPARK 153

(Matrix Code: **SPARK153.00** for [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**UNTERSCHIEDUNG:** Es geschieht kein Lernen, während der Gremlin gefüttert wird.

**VERTIEFUNG:** Wir alle haben verschiedene Teile in uns. Man kann es sehen, wenn das Mobiltelefon von jemandem klingelt. Wenn der Anrufer die Mutter, der Chef, das Kind oder die Polizei ist, verändert der Angerufene augenblicklich seine Identität. Die gesamte Persönlichkeit ändert sich. Die Körperhaltung, der Tonfall, die Gesten, der Gesichtsausdruck, die Haltung, das Sprechmuster und das Vokabular, all das nimmt seinen Ursprung in jener Persönlichkeit, die derjenige gegenüber dem Anrufer benutzt. Sobald er auflegt, *whoooooosh*, wechselt er wieder komplett zurück in die Identität, die er dir gegenüber benutzt. Wenn deine Freunde ihren eigenen Identitätswechsel nicht bemerken, dann rate mal, wer sonst noch seine Identität wechselt?

Genau. Du wechselst auch deine Identität. Und mit am deutlichsten wird der Wechsel, wenn dein *Gremlin* das Steuer übernimmt. Der Begriff *Gremlin* wurde während des Ersten Weltkrieges entwickelt, als englische Soldaten und Flieger vermisste Werkzeuge und unerklärliche mechanische Fehler einer schadenfrohen Kreatur zuschrieben, die sie *Gremlin* nannten. Im Possibility Management benutzen wir den Begriff *Gremlin*, um jenen Teil in uns zu identifizieren, der als König oder Königin unserer persönlichen Unterwelt unbewusst Schattenprinzipien dient.

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass der Gremlin nicht böse ist; er verhält sich einfach nur unverantwortlich. Der Gremlin ist der aktive Teil unserer Überlebens-Box, und setzt in Form von Arroganz, Rechthaberei, Rachsucht oder Zynismus *Kanal Eins* unseres Abwehrverhaltens in Kraft. Falls *Kanal Eins* nicht funktioniert, setzt der Gremlin *Kanal Zwei* ein, oftmals irgendeine Form von Rückzug, Meidung, Selbstisolierung, Depression oder Davonlaufen. Oder umgekehrt.

Bevor du nicht ins Erwachsensein initiiert bist, besitzt dein Gremlin dich. Da die moderne Kultur Initiationsarbeit ins Erwachsensein nicht anbietet, werden viele Männer und Frauen, die Positionen mit Autorität und Macht innehaben, immer noch von ihrem Gremlin dominiert. Das sagt viel über die moderne Kultur aus. Von deinem Gremlin dominiert zu werden bedeutet, dass wenn dein Gremlin Hunger bekommt, er dein Leben übernimmt und es dazu benutzt, etwas heimlich zu tun, zu beschuldigen, zu schwindeln, aggressiv zu sein usw. Der Gremlin beginnt mit Identitätsdiebstahl. Plötzlich blickst, fühlst, wählst und agierst du aus dem Referenzrahmen deines Gremlins heraus, während du denkst, dass diese Perspektive der „wahre“, „richtige“ oder „der einzig mögliche“ Referenzrahmen für dich ist. Das „Ich“ im Zentrum deiner Welt ist zu einem anderen „Ich“ geworden als das, was noch einen Moment zuvor da war.

Ein hungriger Gremlin hat einen *Modus Operandi*. Er findet winzige Beweisstücke, um seine Geschichten im niederen Drama zu verstärken und ihnen Gültigkeit zu verleihen. Zum Beispiel: „Du kommst fünf Minuten zu spät zum Treffen! Du bist so unverantwortlich!“ oder „Deine Schuhe sind total dreckig! Du bist eine einzige Blamage!“ oder „Du hast dich immer noch nicht bei mir entschuldigt! Dir ist unsere

Beziehung nicht wichtig!“ oder „Ich hatte dich doch gebeten die Blumen zu gießen und nun sind sie vertrocknet! Du liebst mich einfach nicht!“ Sobald der Gremlin den Beweis dafür hat, zum Opfer gemacht worden zu sein, gibt er sich selbst die Lizenz dazu, Rache zu üben, zum Täter und zum Retter zu werden, um sich an niederem Drama zu laben.

Wenn dein Gremlin satt ist, schläft er wieder ein. Dann übernimmt eine andere deiner Box-Identitäten und fragt sich, was das ganze Theater sollte? Warum mangelt es an Intimität in deinen Beziehungen? Warum gibt es zerbrochenes Geschirr, ansteigende Schulden, Schrunden an deinen Fingergelenken, Kinder, die vor Angst oder Scham zusammenzucken, einen Kater, unerreichte Ziele, unerfüllte Träume und so viele Bier- und Weinflaschen in deiner Recycling-Tonne...?

Der Gremlin benutzt typischerweise reaktionsgehärtete Worte, um Inkompetenz zu wittern, jemandem eine Lektion zu erteilen, jemandem die Flausen auszutreiben, etwas mit Logik zu begründen oder jemanden in Übereinstimmung mit der „Realität“ zu bringen. Doch egal wie gerechtfertigt die Geschichte deines Gremlins ist, es wird kein Lernschritt stattfinden, denn während der Gremlinfütterung steht weder Lernen noch Bewusstwerdung auf der Agenda des Gremlins.

#### **EXPERIMENT:**

**SPARK153.01** Es ist kein menschlicher Entwurfsfehler, einen Gremlin zu haben. Genau genommen könnten die Eigenschaften und Verhaltensweisen des Gremlins der Hauptgrund dafür sein, dass du deine Kindheit überlebt hast. Aber mit Beginn des 15. Lebensjahres sind deine Box und dein Gremlin bereit, durch einschneidende initiatorische Prozesse ins Erwachsensein ihre Absicht vom defensiven Modus zum expansiven Modus zu ändern. Eine initiierte Frau oder ein initiiertes Mann navigieren das Leben mit ihrem wachsamem, ermächtigten und bewussten Gremlin, der an einer kurzen Kette hilfsbereit an deren Seite sitzt und bereit ist, Anweisungen zu folgen, um hohes Drama zu erzeugen. Doch wenn du deinen Gremlin nicht an deiner Seite sitzen siehst, dann rate mal, wer gerade dein Leben regiert?

Bevor du nicht deinen Gremlin ausfindig machen kannst, ihn beim Namen nennst und „Sitz!“ zu ihm sagst, ist jede Unterhaltung darüber, wie du deinen Gremlin nutzen kannst, um hohes Drama zu erzeugen, nutzlos, auch wenn es für den freien und natürlichen Erwachsenen von zentraler Bedeutung ist, den Gremlin bewusst zur Erzeugung von hohem Drama einzusetzen, und wo Possibility Management eigentlich beginnt. So wie der Trainer für Stunt-Piloten seinen eifrigen jungen Schülern sagt: „Zuerst beginnen wir mit dem Horizontalflug.“

In diesem Fall bedeutet *Horizontalflug Selbstbeobachtung*, wahrzunehmen, worauf es dein Gremlin abgesehen hat, indem du dein *Sein* benutzt, um auf neutrale Art deine Box zu beobachten. Um mit der Selbstbeobachtung zu beginnen, nutze deine *Intention*, um damit 20% von deiner *Aufmerksamkeit* abzuspalten – später kann dieser Teil durch Übung auf etwa 5% reduziert werden. Dehne deine Aufmerksamkeit bis über die Grenzen deiner Box hinaus aus, so als würdest du durch neutrale, nicht bewertende Augen blicken. Drehe diese um, so dass du zurück auf deine Box blickst und beobachte in der Gegenwart, was passiert. Ermittle,

welches „Ich“ gerade spricht. Nimm wahr, worin die Absicht besteht. Und das Wichtigste: Erfinde keine Geschichte dazu.

Du hast bereits eine eingebaute Fähigkeit, um deine Aufmerksamkeit unbewusst zu teilen. Du bist vielleicht auf dem Weg in die Stadt, kaust Kaugummi, hörst deinem MP3-Player zu, denkst über deine Pläne nach, siehst, ob irgendwelche Typen oder Mietzen ein Auge auf dich werfen, währenddessen du einen Schaufensterbummel machst. Du teilst deine Aufmerksamkeit auf sechserlei Art. Alles, wovon wir hier sprechen ist, dass du dem Teilen deiner Aufmerksamkeit noch eine weitere Dimension hinzufügst – um gleichzeitig, aber neutral zu beobachten, worauf dein Gremlin aus ist. Neutrale Beobachtung baut Matrix auf. Mehr Matrix hält mehr Bewusstsein. Früher oder später wird sich dein Verhalten von ganz alleine ändern.

Bei richtiger Selbstbeobachtung strömen keine Gedanken durch deinen Verstand. Die Aufmerksamkeit beobachtet nur, ohne Meinungen, Selbsturteile, Selbstkritik, Selbsthass, Selbstlob und ohne innere Vergleiche mit irgendeinem „perfekten“ Bild. Bei richtiger Selbstbeobachtung gibt es keinen Schmerz. Dieses Experiment dient dazu, mit der ernsthaften Entwicklung deiner Selbstbeobachtungsmuskeln zu beginnen. Überprüfe mal, wie lange du dir über das, worüber du dir bewusst bist, bewusst bleiben kannst. (Hinweis: Sowohl *Die Kraft des bewussten Fühlens* als auch *Wahre Liebe im Alltag* liefern eine Fülle an weiteren detaillierten Informationen über den Gremlin.)