

## SPARK 099

(Matrix Code: **SPARK099.00** for [StartOver.xyz](http://StartOver.xyz) game.)

**UNTERSCHIEDUNG:** Wenn du deinen Gremlin nicht bewusst fütterst, dann ernährt sich der Gremlin von dir.

**VERTIEFUNG:** Die Welt da draußen hat sich verändert. Das Befolgen von Regeln und das Kopieren bekannter Vorgehensweisen führen nicht mehr automatisch zum Erfolg. Die Dinge verändern sich zu schnell. Die Umstände bleiben nicht lange genug stabil, als dass du dich lebenslang auf sie verlassen könntest. Der Anspruch besteht eher darin, dich fortlaufend neu zu definieren, damit du einen Beitrag zu dem, was in diesem Moment gewollt und gebraucht wird, leisten kannst, und nicht zu dem, was in der Vergangenheit gebraucht und gewollt wurde. Der Versuch, Antworten zu haben, ist nicht mehr effektiv. Es ist nützlicher, gegenwärtige Bedingungen wahrzunehmen und auf verantwortliche Weise neue Möglichkeiten für dich und andere zu erschaffen. Diese Fertigkeiten werden von unserem derzeitigen Bildungssystem nicht angeboten. Wenn du diese Fertigkeiten haben willst, wirst du sie außerhalb der gewöhnlichen Kultur selbst entwickeln müssen. Die SPARKs kommen von außerhalb der gewöhnlichen Kultur.

Wenn du für ein System Möglichkeiten erschaffen kannst, wirst du von diesem dafür belohnt werden. Wenn du innerhalb der Regeln eines Systems denkst, so als seien die Regeln wahr oder von Bestand, kannst du keine Möglichkeiten für dieses System erschaffen. Um für ein System Möglichkeiten zu erschaffen, ist es hilfreich, wenn du das System von außen als Ganzes sehen kannst. Ein System von außen zu betrachten verschafft dir Zugang zu Sichtweisen, die innerhalb des Systems nicht verfügbar sind, Sichtweisen, die vielleicht sogar den gegenwärtigen Regeln widersprechen, aber trotzdem im Bereich des Möglichen sind.

Derjenige Charakter in dir, der Regeln missachtet und aus jeder Sichtweise aussteigen kann, nennt sich „Gremlin“. Der Gremlin betrachtet Regeln als vollkommen frei wählbar. Ihr Wert liegt in ihrer Funktion: Energie durch ein System fließen zu lassen, um bestimmte Ergebnisse zu erzielen. Neue Ergebnisse werden nur erzielt, wenn der Energiefluss eines Systems auf neue Weise verläuft. Damit ein System auf neue Art funktionieren kann, müssen die Regeln neu definiert werden. Die meisten Menschen haben keine bewusste Beziehung zu ihrem Gremlin, daher ist eine Neudefinierung von Regeln „regelwidrig“. Deine Aufgabe ist es, eine intime Beziehung zu deinem Gremlin zu entwickeln, damit du dem Gremlin praktische Einsatzmöglichkeiten geben kannst. Du entwickelst eine intime Beziehung zu deinem Gremlin, indem du seine Ernährungsweise steuerst.

### EXPERIMENT:

Dies ist eine langfristige Vorgehensweise in fünf Schritten zur Entwicklung einer funktionsfähigen Beziehung zu deinem Gremlin. Jeder Schritt könnte Monate oder sogar Jahre gewissenhafter Bemühungen in Anspruch nehmen und jede Menge Flüssigzustände beinhalten, gefördert durch fortlaufendes Feedback und Coaching von vertrauenswürdigen Gleichgesinnten. Viele der Konzepte sind der gewöhnlichen westlichen Kultur unbekannt, so dass du dir zeitweise selbst beweisen musst, dass diese Konzepte wirklich Gültigkeit besitzen. Ich schlage vor, dass du dieses

Experiment langfristig im Hintergrund laufen lässt, während du mit deinen anderen Experimenten fortfährst.

**SPARK099.01** SCHRITT 1 **UNTERSCHIED DEINEN GREMLIN KONZEPTIONELL.** Übe, dir stets zu vergegenwärtigen, dass du und jede andere Person einen Teil hat, welcher der Gremlin ist. Setze morgens als erstes deine Gremlin-Detektor-Brille auf und beobachte, was um dich herum und in dir passiert. Den Gremlin zu entlarven ist einfacher, wenn du weißt, dass die wichtigste Handlung und die Hauptnahrung des Gremlins niederes Drama ist. Lerne *mit unerschütterlicher Klarheit*, dass der Gremlin komplett unverantwortlich ist, *und* dass der Gremlin weder gut noch böse ist. Der Gremlin ist der Gremlin. Durch seine Unverantwortlichkeit besitzt der Gremlin die Kraft, jeden Raum jederzeit ohne jeden Grund zu zerstören. Wenn du nicht lernst, diese Kraft bewusst zu gebrauchen, indem du den Gremlin nach deiner Vorgabe fütterst, gebraucht der Gremlin diese Kraft unbewusst durch dich, um sich nach seiner eigenen Vorgabe zu ernähren. Der Aufbau einer bewussten Beziehung zu deinem Gremlin wird niemals den Versuch beinhalten, deinen Gremlin zu verändern oder zu verbannen, weil der Gremlin nicht verändert oder verbannt werden kann. Entweder du besitzt deinen Gremlin oder dein Gremlin besitzt dich. Der Gremlin bestimmt in deinem Unterbewusstsein solange deine Gesinnung und deine Handlungen bis du dir seiner charakteristischen Gesinnung und seiner Handlungen bewusst wirst. Bis hierher haben unbewusste Gremlinhandlungen die Qualität deines Lebens gestaltet. Du kannst immer sensibler und bewusster gegenüber deinem Gremlin werden, so dass du seine Gegenwart und Absichten erkennen kannst, bevor er danach handeln kann. Um das zu tun, musst du die Domäne der Konzepte verlassen und die Domäne des Erlebens betreten, die aus SCHRITT 2 besteht.

**SPARK099.02** SCHRITT 2 **UNTERSCHIED DEINEN GREMLIN ERFAHRBAR.** Mach dir den erfahrbaren Unterschied bewusst, wie es sich anfühlt, wenn du als erwachsener Mann oder erwachsene Frau die Führung hast oder wenn der Gremlin das Steuer übernimmt und die Führung hat. Du kannst den Unterschied in deiner Absicht und in deinem Lachen fühlen (ja, genau dieses Lachen). Deine Herausforderung besteht darin, verantwortlich für den unverantwortlichen Teil in dir zu sein, indem du eine bewusste und funktionierende Beziehung zwischen dir und deinem Gremlin erschaffst und aufrechterhältst. Lerne, augenblicklich zu spüren, wie es sich anfühlt, wenn der Gremlin das Steuer deines Lebens in die Hände bekommt, wenn der Gremlin entscheidet, was zu tun ist, wenn der Gremlin dich oder andere bewertet oder kritisiert, wenn der Gremlin in Gegenwart anderer Menschen kleine fiese Witze reißt oder Kommentare durch deinen Mund abgibt, wenn der Gremlin sich durch deine Handlungen ernährt. Lerne die Gewohnheiten deines Gremlins kennen, sein Timing, sein energetisches Lieblingsfutter (z. B. Tratsch, Beschwerden, Adrenalin-schübe vom Streiten, vom schnellen Fahren oder vom Glücksspiel, deprimiert sein, zerstörerisch, schuldig oder eifersüchtig sein, Heimlichtuerei, beleidigend sein, ausflippen, usw.) und sein physisches Lieblingsfutter (z. B. Süßigkeiten, Fernsehen, Zeitung, Völlerei, Junkfood, Alkohol, Chips, Limonade, Kaugummi, Pommes, Krapfen, usw.). Lerne den Ton und das Gefühl der Absichten deines Gremlins kennen. Entwickle ein Gespür für die Begierden deines Gremlins, so dass du sie bereits im Ansatz fühlen kannst, bevor sie so stark werden, dass sie die Kontrolle übernehmen (SCHRITT 3).

**SPARK099.03** SCHRITT 3 LERNE ZU SPÜREN, WANN DEIN GREMLIN HUNGRIG WIRD. Der Gremlin übernimmt die Kontrolle, wenn sein Hunger zu groß wird. Du kannst den Hunger des Gremlins spüren, indem du die innere Empfindung deiner Absicht wahrnimmst. Du kannst ermitteln, wohin dich deine Absicht führt. Die Absicht fühlt sich wie ein Drang an. Stufe dein Drang entweder als erwachsenen, verantwortlichen Drang oder als unverantwortlichen Gremlindrang ein. Der Gremlin wird von unverantwortlichen Bedürfnissen angetrieben, während du als erwachsener Mann oder erwachsene Frau von verantwortlichen Bedürfnissen angetrieben wirst. Wenn du unverantwortliche Bedürfnisse aufkommen spürst, dann kommen sie vom Gremlin. Es kann außerordentlich hilfreich sein, die drei, vier oder fünf Schattenprinzipien der versteckten Absicht deines Gremlins zu destillieren (z. B. Rache, Faulheit, Zerstörung, Respektlosigkeit, Verachtung, Rechthaberei, Perfektionismus, im Mangel sein, der Beste sein, usw.) und diese auswendig zu lernen. Durch sorgsame Beobachtung wirst du erkennen, dass deine unverantwortlichen Bedürfnisse mit den versteckten Absichten des Gremlins übereinstimmen. Lerne bei dem, was du gerade erschaffst, die Absicht zu ermitteln, die deine Intentionen von Minute zu Minute antreibt und dann wirst du wissen, ob der Gremlin Hunger bekommt oder nicht.

**SPARK099.04** SCHRITT 4 ERSTELLE EINEN REGELMÄSSIGEN FÜTTERUNGSPLAN FÜR DEINEN GREMLIN. Indem du einen regelmäßigen Fütterungsplan für deinen Gremlin erstellst (z. B. samstags von 12 bis 24 Uhr) bestimmst du, was du deinem Gremlin als Futter gibst und wann du ihn fütterst, statt dass der Gremlin frisst, was er will und wann er will. Deinen Gremlin unbeirrbar nach *deinem* Plan zu füttern baut eine funktionierende Beziehung zwischen dir und deinem Gremlin auf. Dann kannst du zu deinem winselnden, hinterlistigen, gemeinen kleinen Gremlin „Sitz!“ sagen und ihn an einer kurzen Kette zu deinen Füßen sitzen lassen und er wird augenblicklich gehorchen, in dem Wissen, dass du dir seiner Bedürfnisse bewusst bist und dich respektvoll um ihn kümmerst. Auf diese Weise muss der Gremlin sich nicht um sein eigenes Überleben sorgen, dich bewusstlos schlagen und sich selbst füttern, um seine Bedürfnisse zu stillen – andernfalls wird er es tun. Hier sind ein paar nützliche Hinweise: Wenn dich der Gremlin in Schlaf versetzt und sich am Donnerstag selbst bedient und du am Freitag wieder zur Besinnung kommst, dann ändere nicht deinen Fütterungsplan für Samstag. Halte an demselben Plan fest und füttere deinen Gremlin wie gewöhnlich am Samstag. Wenn du den Gremlin nicht am Samstag fütterst, dann hat der Gremlin wieder die Kontrolle über seine Fütterungszeit übernommen. Ein anderes Beispiel: Wenn der Gremlin nach einer Weile zu seiner planmäßigen Fütterungszeit am Samstag nicht hungrig ist, dann füttere ihn nicht am Sonntag oder Montag. Warte bis zum nächsten Samstag. Nachdem du deinen Gremlin eine Zeit lang mit alternativer Kost gefüttert hast, mag er vielleicht nicht mehr die Nahrung, die er ursprünglich am liebsten gefressen hat. Bedenke auch bei der Auswahl der Speisen für deinen Gremlin, dass *du* die Auswahl triffst, nicht der Gremlin. Das gibt dir die Macht, bestimmte Speisen gänzlich zu vermeiden, die ernsthafte, langfristige, negative Nebenwirkungen verursachen können, wie etwa Alkohol, ungeschützter Sex mit Fremden, Streit mit deinem Partner oder deinen Kindern, Drogen, Glücksspiel, mit überhöhter Geschwindigkeit fahren, Computersex, Einkaufsorgien und so weiter. Du stellst regelmäßig eine ausreichende Menge an sicherem Gremlinfutter zur Verfügung, so

dass der Gremlin keine Berechtigung hat, das Steuer zu übernehmen und Nahrung zu verschlingen, die ernsthaftere Folgen hat. Denke daran, der Gremlin wird *niemals* befriedigt sein. Der Gremlin kann *niemals* genug von dem bekommen, was er nicht braucht. Du bist derjenige, der in Bezug auf die Fütterung deines Gremlins Grenzen setzt. Es ist nicht der Gremlin, denn egal, was passiert - du trägst die Konsequenzen.

**SPARK099.05 SCHRITT 5 GIB DEINEM GREMLIN BEWUSST ETWAS ZU TUN.** Der Gremlin ist eine unermüdliche Ressource an nichtlinearer Energie und genialer Intelligenz. Wenn du die kreativen Energien des Gremlins nicht bewusst steuerst und regelmäßig einsetzt, dann bauen sie sich auf und platzen in ihrer eigenen chaotischen Marschrichtung aus allen Nähten. (Dies ist ein ungeheuer wertvoller Schlüssel, um zu verstehen, was in Kindern vorgeht. Ja, Kinder haben auch Gremlins!) Wenn der Gremlin bewusst gesteuert wird, kann er sich als äußerst nützlich und effektiv erweisen, und zwar in einer Art, wie es nichts anderes kann. Sobald dir der Gremlin genug Vertrauen schenkt, um zu sitzen, wenn du „Sitz!“ sagst, kannst du deinen Gremlin wie einen Jagdhund für dich arbeiten lassen. Beginne damit, deinem Gremlin regelmäßig wichtige, interessante und spezifische Aufgaben zu geben, die er für dich erledigen kann und steuere seine Bemühungen sorgfältig. Nutze zum Beispiel Gremlins Dreistigkeit, seine reichlich vorhandene Energie und seine Missachtung von Regeln als direkten Weg zu Nichtlinearität, wann immer nichtlineare Ideen oder Aktionen gebraucht werden. Benutze deinen Gremlin, um vom Haken fern zu bleiben, um für eine Spielwelt Raum zu halten, die es noch nicht gibt, um dich in langweiliger Umgebung wachzuhalten, um mit deiner Aufmerksamkeit in der Gegenwart zu bleiben, um deine Aufmerksamkeit zu teilen, um leidenschaftlich für ein helles Prinzip einzustehen, um Mut zu haben, um gefährliche Fragen zu stellen, um Möglichkeiten zu erschaffen, wo es offensichtlich keine gibt, um außerordentliche Anstrengungen zu unternehmen, um verantwortliche Grenzen zu setzen, um um das zu bitten, was du brauchst, selbst wenn es noch nie dagewesen ist, um den Fütterungsplan deines Gremlins zu überwachen (Ja, nutze den Gremlin, um mit dem Gremlin fertig zu werden. Wer sonst ist klug und schnell genug?), um verletzlich zu sein, um völlig neue Designs zu entwickeln, um die unverantwortlichen Werke anderer Gremlins auseinanderzunehmen, um Türen auf Realitätsmauern zu malen usw. Sobald der Gremlin seine Aufgabe vollendet hat, dankst du ihm kurz, sagst dann sofort „Sitz!“ zu ihm und übernimmst wieder das Steuer. Zeige dem Gremlin kontinuierlich deine Wertschätzung, so wie du ein gutes Werkzeug schätzt, indem du es zurück an seinen Platz legst, sonst könnte der Gremlin auf die Idee kommen, dass er dich besitzt, statt dass du ihn besitzt. Belohne deinen Gremlin für eine gut erledigte Aufgabe nicht mit Gremlinfutter. Belohne ihn einfach mit Respekt und Anerkennung. Bleib bei deinem regelmäßigen Gremlinfütterungsplan. Trainiere deinen Gremlin weiterhin. Du kannst mit deinem Gremlin als Team arbeiten, doch vergiss nie, wer der Boss ist. Nur einer von euch beiden ist verantwortlich und es ist nicht der Gremlin.