

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	English original by Dennis H. Stephens	Deutsche Übersetzung von Leo Faulhaber
		Letzte Änderung: 28. Juni 2017
	[Bemerkungen in eckigen Klammern sind Anmerkungen des Übersetzers. Sie geben seine Meinung wieder und können nach Belieben ignoriert werden.]	[Bemerkungen in eckigen Klammern sind Anmerkungen des Übersetzers. Sie geben seine Meinung wieder und können nach Belieben ignoriert werden.]
1.	PRACTICAL	[2.] Praktischer Teil
2.	General	Allgemeines
3.	You are about to take a mind apart—your own. It might have already started to come apart just reading the Theory section. I hope it has. How long does it take? It takes as long as you remain in a compulsive games condition with it; stop playing games with it, and it will promptly vanish.	Sie sind dabei, einen Verstand auseinander zu nehmen – Ihren eigenen. Er hat möglicherweise bereits damit begonnen, auseinander zu fallen, indem Sie einfach nur den theoretischen Teil gelesen haben. Ich hoffe, dass dem so ist. Wie lange wird es brauchen? Es wird so lange brauchen, wie Sie in einem zwanghaften Spielzustand mit ihm bleiben. Hören Sie auf, mit ihm Spiele zu spielen, und er wird prompt verschwinden.
4.	The very best advice I can give you at the outset is to be very positive when you do the exercises; then be very passive and willing to learn when bits of your past show up. In this way you'll most rapidly discover all there is to know about that most fascinating of beings—you.	Den besten Rat, den ich Ihnen für den Beginn geben kann, ist, sehr entschieden und bestimmt zu sein, wenn Sie die Übungen machen und dann sehr passiv und gewillt sein zu lernen, wenn sich Teile Ihrer Vergangenheit zeigen. Auf diese Weise werden Sie am schnellsten alles entdecken, was es über das faszinierendste der Wesen zu entdecken gibt – über Sie selbst.
5.	There is a short list of 'Do's and Don'ts' to guide you on your way. You ignore them at your peril.	Es gibt eine kurze Liste dessen, was Sie tun und was Sie lassen sollten, um Sie auf Ihrem Weg zu führen. Sie ignorieren sie auf eigene Gefahr.
6.	1) Don't attempt the exercises while your body is tired, hungry, suffering from disease or dietary deficiency, or while under the influence of drugs or medication (including alcohol).	1) Machen Sie die Übungen nicht, wenn Ihr Körper müde oder hungrig ist, wenn er an einer Krankheit oder an einer Mangelerscheinung leidet oder wenn Sie unter dem Einfluss von Alkohol, Drogen oder Medikamenten stehen. [Der Übersetzer hat die Erfahrung gemacht, dass zumindest die Übung „wahrnehmendes RI“ auch bei einem suboptimalen Zustand erfolgreich durchgeführt werden kann und im Falle einer Notlage sogar durchgeführt werden muss. Ferner sind einige Medikamente behindernder als andere.]
7.	2) The exercises are done with the body's eyes open at all times.	2) Halten Sie Ihre Augen stets offen, wenn Sie die Übungen machen.
8.	3) Do the exercises alone, away from interruptions or distractions.	3) Machen Sie die Übungen allein, ohne Störungen und Ablenkungen. [Schalten Sie das Telefon aus. Versorgen Sie sich via Kopfhörer mit angenehmen Hintergrundgeräuschen, wenn es störende Geräusche geben sollte.]
9.	The Golden Rule	Die goldene Regel
10.	An exercise is continued as long as [it] produces change and is then left.	Eine Übung wird so lange fortgesetzt, wie sie Änderung hervorbringt und wird dann verlassen.
11.	The Royal Road to making a complete cot case out of yourself with these exercises is to change the exercise every time you change. You might as well cut your throat at the outset; it will be quicker and far less messy. The exercises will produce changes. They	Der Königsweg, um Sie mit diesen Übungen vollständig bettlägerig zu machen, besteht darin, die Übung zu verändern, wenn Sie sich verändern. Sie können sich genauso gut schon zu Beginn die Kehle durchschneiden; es wäre schneller und würde eine kleinere Schweinerei hin-

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	are designed to produce changes. The benefits are often preceded by unpleasant sensations. If you press on and do exactly as instructed, you will derive the benefit. If you quit when the going gets a bit rough, you could stick yourself with unpleasant sensations for days. What turned the unpleasant condition on will, if continued, turn it off.	terlassen. Die Übungen werden Veränderungen hervorbringen. Sie sind dafür entworfen worden, dies zu tun. Dem Nutzen gehen oft unangenehme Empfindungen voraus. Wenn Sie weiter machen und genauso wie unterrichtet verfahren, werden Sie den Nutzen erzielen. Wenn Sie aufgeben, wenn es gerade etwas härter ist voranzukommen, dann könnten Sie sich mit unangenehmen Empfindungen stecken bleiben lassen, die Tage andauern können. Das, was die unangenehme Situation angedreht hat, wird sie, wenn Sie weitermachen, auch wieder abdrehen. [Dies gilt nicht, wenn die Übung überlaufen wird.]
12.	Don't panic! (Or in the immortal words of Julius Caesar, who loudly exhorted his legion when the hordes of screaming barbarians came charging over the hill: 'Nonus Panicus Est!'). If your head falls off, quietly replace it on your shoulders (remembering to put it on the right way round) and continue with the exercise. It is still producing change.	Geraten Sie nicht in Panik! (Oder in den unsterblichen Worten von Julius Caesar, der, als Horden von schreienden Barbaren über die Hügel gestürzt kamen, seine Legion lautstark ermahnt haben soll: „Nonus Panicus Est“ [Niemand hat hier in Panik zu geraten!]) Wenn Ihr Kopf abfällt, dann setzen Sie ihn ruhig wieder zurück auf die Schultern (denken Sie daran, ihn richtig herum aufzusetzen), und fahren Sie mit der Übung fort. Sie bringt noch immer Veränderung hervor.
13.	There are only two pitfalls while doing these exercises:	Es gibt lediglich zwei Fallen, in die man geraten kann, während man diese Übungen macht:
14.	1) To stop doing the exercise while it is still producing change.	1) Mit der Übung aufzuhören, während sie noch immer Veränderung hervorbringt.
15.	2) To continue the exercise after it has ceased to produce change.	2) Mit der Übung fortzufahren, nachdem sie damit aufgehört hat, Veränderung hervorzubringen.
16.	Of these, the first is by far the most serious. Any bad effects brought on by over-run immediately vanish when one realizes that one has over-run.	Von diesen beiden Fallen ist die erste die weitaus ernsthaftere. Jegliche schlechten Auswirkungen, die durch ein Überlaufen zu Stande kamen, verschwinden augenblicklich, wenn man realisiert, dass ein Überlaufen stattgefunden hat. [Wie genau ein Überlaufen gehandhabt wird, wird an späterer Stelle beschrieben.]
17.	Now what do I mean by change? Any change in awareness, sensations, emotions etc. [mood changes, body changes such as temperature changes, twitching, pain or sensations turning on, awareness changes, yawning, overstimulation of the body's nervous system, queasy stomach etc.] A yawn, for example, is a change. It is a sign that unconsciousness is lifting. One therefore goes on with the exercise. However, it is entirely safe to leave an exercise that is still producing change at the end of one session, and continue it at the beginning of the next session. (There is a supplementary exercise called "RI" which facilitates this).	Nun, was meine ich mit Veränderung? Jegliche Veränderung in Bewusstsein, Empfindungen, Emotionen und so weiter. [Und so weiter würde bedeuten: Beim Körper: Weinen, wässerige Augen, laufende Nase, Übelkeit, veränderte Körpertemperatur, Jucken, Schmerzen, Stechen, Druckempfindungen, Zucken, Überreizung des Nervensystems, „Sternesehen“, „Wegdämmern“ und so weiter; im Verstand: fixe Bilder, Bilderflut, fixe Gedanken, Gedankenflut.] Ein Gähnen zum Beispiel ist eine Veränderung. Es ist ein Anzeichen dafür, dass sich Bewusstlosigkeit hebt. Man fährt deshalb mit der Übung fort. Es ist allerdings vollständig sicher, eine Übung, die noch immer Veränderung hervorbringt, am Ende einer Sitzung zu verlassen und zu Beginn der nächsten Sitzung wieder mit ihr fortzufahren. (Es gibt eine Zusatzübung namens „RI“, die dies erleichtert.) [Bei einer Flip-Flopper-Übung, die aus zwei abwechselnden Anweisungen besteht, ist das Ausgehen von Antworten auf eine der Anweisungen ebenfalls als keine Veränderung zu betrachten. Auch eine größere Erkenntnis (Realisierung über etwas) ist als

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

		keine Veränderung zu betrachten, da man unweigerlich in ein Überlaufen gerät, wenn man darüber hinaus weitermacht. Genauso wie eine Auslöschung (Erasure), da es danach keine Veränderung mehr geben kann, mit Ausnahme vielleicht, dass das Ganze wieder ins Dasein gebracht wird.]
18.	It is always best to set aside certain periods of your life to do these exercises. Don't attempt them while crossing busy streets as a pedestrian, or while driving a car; the resulting accident could well put an untimely end to your progress.	Es ist stets am besten, gewisse Zeitabschnitte des Lebens für diese Übungen zu reservieren. Versuchen Sie sich nicht an ihnen, während Sie stark befahrene Straßen als Fußgänger überqueren oder während des Autofahrens; der Unfall, den Sie darauf erleiden mögen, könnte Ihrem Fortschritt durchaus ein vorzeitiges Ende bereiten.
19.	The vast majority of the unpleasant sensations that occur 'en route' are associated with various moments in time where your attention has been stuck. As you free up from them, you move through and out of them and into present time (PT) (now). There is, however, one other class of phenomena which may occur. This is over-stimulation of the body's nervous system. The sensations here are more startling than unpleasant, but you best know about them or you may wonder what is happening to you. Many things can over-stimulate the body's nervous system, including drugs, allergies and sudden impacts (shock). We all know the sensation of 'seeing stars' as a result of a sudden impact to the skull, or even to other parts of the body.	Die überwiegende Mehrheit an unangenehmen Empfindungen, denen Sie „en route“ (unterwegs) begegnen, steht in Verbindung mit unterschiedlichen Augenblicken der Zeit, als Ihre Aufmerksamkeit feststeckte. Während Sie sich von ihnen befreien, bewegen Sie sich durch sie hindurch und aus ihnen hinaus und in die Gegenwart (PT [siehe Glossar]) hinein. Dennoch gibt es eine weitere Klasse von Phänomenen, die geschehen kann. Und zwar eine Überreizung des Nervensystems des Körpers. Die Empfindungen, die dabei auftreten sind eher verblüffend als unangenehm, doch es ist am besten, wenn Sie darüber Bescheid wissen, oder Sie werden sich fragen, was mit Ihnen geschieht. Viele Dinge können das Nervensystem des Körpers überreizen, einschließlich Drogen und Arzneimittel, Allergien und plötzliche Schläge (Schocks). Wir kennen alle die Empfindung des „Sternsehens“ als Resultat eines plötzlichen Schlags auf den Schädel oder sogar auf andere Körperteile.
20.	Electric shock can also produce the same phenomena. The mind itself, by suddenly impinging upon the body, can over-stimulate the body's nervous system too. And this is what can sometimes happen during these exercises.	Auch ein elektrischer Schock kann dieselben Phänomene hervorrufen. Und auch der Verstand selbst kann, indem er plötzlich auf den Körper einwirkt, das Nervensystem des Körpers überreizen. Das ist es, was manchmal während der Übungen geschehen kann.
21.	The exercise simply impinges some part of the mind against the body, resulting in over-stimulation of the nervous system. As a result, you may experience weird phenomena in your body's visual field. It can show as blind spots, patches of flickering light etc.	Bei der Übung wirkt einfach ein Teil des Verstandes auf den Körper ein, was zur Überreizung des Nervensystems führt. Als Folge davon können Sie bizarre Phänomene im Gesichtsfeld des Körpers erfahren. Diese können sich als blinde Flecken oder Stellen oder flackernde Lichter bemerkbar machen.
22.	The phenomena is always of short duration, and after half an hour or so it will fade out. You don't do anything about it. Just understand what has happened. If you wish, go off and rest until the phenomena dies down, then continue with the exercise that turned it on. You must do this, for it is a change.	Das Phänomen ist stets von kurzer Dauer und verblasst nach etwa einer halben Stunde. Sie unternehmen nichts dagegen. Verstehen Sie einfach, was vorgefallen ist. Wenn Sie wollen, können Sie die Übung unterbrechen und sich ausruhen, bis das Phänomen ganz verschwindet und dann mit der Übung fortfahren, die es ange dreht hat. Sie müssen mit der Übung fortfahren, denn es handelt sich um eine Veränderung.
23.	If you happen to be connected to a skin galvanometer at the time, you will see the characteristic 'zig-zag' motion of the needle that accompanies the phenom-	Wenn Sie während des Phänomens an einem Hautgalvanometer [siehe Glossar] angeschlossen sind, dann werden Sie eine charakteristische Zick-Zack-Bewegung

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>ena; it would also record strongly on an electro-encephalograph trace. It is not serious, and you are not harming your body, for the body's nervous system is built to withstand enormous over-load before it cuts out entirely and unconsciousness occurs. It just isn't possible to over-stimulate the nervous system this far with the exercises, and the most you will ever manage is a few blind spots or flashing lights in your visual field.</p>	<p>der Nadel beobachten, die mit dem Phänomen einhergeht; es würde auch heftige Ausschläge an einem Elektroenzephalografen [siehe Glossar] hervorrufen. Es handelt sich nicht um ein ernsthaftes Phänomen, und es schadet Ihrem Körper nicht, denn das Nervensystem des Körpers ist so gebaut, dass es einer enormen Überlastung standhalten kann, bevor es seine Funktion vollständig einstellt und Bewusstlosigkeit eintritt. Es ist einfach nicht möglich, das Nervensystem mit diesen Übungen dermaßen zu überreizen. Im schlimmsten Fall werden Sie einige blinde Flecken oder einige flackernde Lichter im Gesichtsfeld bemerken.</p>
24.	The Skin Galvanometer	Das Hautgalvanometer
25.	<p>If you possess such a device, and know how to use it, then it can assist you to determine when an exercise is no longer producing change. The meter no longer registers significant change. However, the device is by no means essential, for a being is entirely capable of relying upon his own estimation of change.</p>	<p>Wenn Sie im Besitz eines solchen Geräts sind, und wenn Sie wissen, wie man es benutzt, dann kann es Ihnen dabei behilflich sein zu registrieren, wann eine Übung keine Veränderung mehr hervorbringt. Das Meter würde einfach keine bemerkenswerte Veränderung mehr anzeigen. Nichtsdestotrotz, das Gerät ist keinesfalls notwendig, denn ein Wesen ist absolut dazu in der Lage, sich auf seine eigene Einschätzung von Veränderung zu verlassen.</p>
26.	<p>Even if you do use a skin galvanometer you will soon outstrip its usefulness, and will find it registering no change even though your senses clearly tell you that change is occurring. Thus, in the final instance, you are thrown back upon your own perception of these things.</p>	<p>Selbst wenn Sie ein Hautgalvanometer verwenden, wird es für Sie bald nicht mehr von Nutzen sein, denn Sie werden feststellen, dass es keine Veränderung mehr registriert, obwohl Ihnen Ihre Sinne klar sagen, dass es noch immer welche gibt. Es wird sich also im Endeffekt im Verhältnis zu Ihrer eigenen Wahrnehmung dieser Dinge als Behinderung herausstellen.</p>
27.	<p>However, if you do use a skin galvanometer to help you early on, then abide by what it tells you. If you know how to use it, the device will not let you down. Early on, the device is more sensitive than your perception; later, your perception is more sensitive than the device.</p>	<p>Nichtsdestotrotz, wenn Sie zu Beginn ein Hautgalvanometer verwenden, um Ihnen zu helfen, dann halten Sie sich an das, was es Ihnen mitteilt. Wenn Sie wissen, wie man es benutzt, dann wird Sie das Gerät nicht im Stich lassen. Zu Beginn ist das Gerät empfindlicher als Ihre Wahrnehmung; später ist Ihre Wahrnehmung empfindlicher als das Gerät.</p>
28.	<p>The device also has an unexpected value in that it gives you something to hold onto with your hands, and thus prevents you from fidgeting and smoking unnecessary cigarettes during your exercise period.</p>	<p>Das Gerät hat auch den unerwarteten Vorteil, dass es Ihnen etwas gibt, woran Sie sich mit Ihren Händen festhalten können. Damit bewahrt es Sie davor, herumzuzappeln und während der Übungszeit unnötig zu rauchen.</p>
29.	The Five Levels	Die fünf Levels (Stufen)
30.	Overview	Überblick
31.	<p>The practical work is divided into five sections. Each section has its own purpose, and subsequent sections build upon the abilities developed in earlier sections. Thus, you start at Level one and proceed on through to level Five, where you stay thereafter until the job is done. (I will explain in a moment how most people can enter at Level Two).</p>	<p>Die praktische Arbeit wird in fünf Bereiche [Levels/Stufen] unterteilt. Jeder Abschnitt hat seinen eigenen Zweck, und nachfolgende Bereiche bauen auf den Fähigkeiten auf, die in den vorangehenden Abschnitten erworben wurden. Somit beginnen Sie mit Level Eins und schreiten bis und mit Level Fünf voran, wo Sie dann verbleiben werden, bis der Job getan ist. (Ich werde in Kürze erklären, wie es die meisten Leute schaffen können, bei Level Zwei einzusteigen.)</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

32.	No benefit is to be gained by skipping one or more levels, for no further progress can be made until the missed level or levels have been completed. Just as you can ruin a good mystery story by reading the last chapter first, so too can you ruin a good set of exercises by starting them at Level Five. Either nothing will happen at all, or the exercise will put you in hospital. The former is much more likely, but I wouldn't take a chance on it if I were you.	Das Überspringen von einem oder mehreren Levels verschafft Ihnen keinen Nutzen, denn es kann kein weiterer Fortschritt erzielt werden, bis der fehlende Level oder die fehlenden Levels abgeschlossen worden sind. Genauso wie man eine spannende Geschichte ruinieren kann, indem man das letzte Kapitel zuerst liest, so kann man ein gutes Set an Übungen ruinieren, indem man mit Level Fünf beginnt. Entweder es wird überhaupt nichts geschehen, oder die Übungen werden Sie spitalreif machen. Ersteres ist wesentlich wahrscheinlicher, doch ich würde nicht darauf wetten, wenn ich Sie wäre.
33.	Level One: These are exercises devoted to the discovery of, and improving the reality of present time.	Level Eins: Dies sind Übungen, die der Entdeckung der Gegenwart und dem Erhöhen der Realität derselben gewidmet sind.
34.	Level Two: These are exercises devoted to the discovery of the past, and its evaluation to present time.	Level Zwei: Dies sind Übungen, die der Entdeckung der Vergangenheit und der Bewertung gegenüber der Gegenwart gewidmet sind.
35.	Level Three: These are exercises devoted to the general timebreaking of 'then' to 'now'.	Level Drei: Dies sind Übungen, die dem allgemeinen Zeitbrechen von „damals“ zu „jetzt“ gewidmet sind.
36.	Level Four: These are exercises devoted to the discovery and timebreaking of the eight classes of overwhelm.	Level Vier: Dies sind Übungen, die der Entdeckung und dem Zeitbrechen der acht Klassen der Überwältigung gewidmet sind.
37.	Level Five: These are exercises devoted to the creation of conflicting and complementary postulates in conjunction with the Postulate Failure Cycle Chart.	Level Fünf: Dies sind Übungen, die das Erschaffen von sich ergänzenden und sich im Konflikt befindlichen Postulaten im Zusammenhang mit der Postulatfehlschlagzykluskarte gewidmet sind.
38.	Level One	Level Eins
39.	If this step needs running it can only be successfully completed by a separate therapist. As the being goes into a more and more compulsive games condition with his own mind he becomes more and more fixated upon it, and less and less in contact with the realities of present time. His actions become more and more strange and irrational until, eventually, for his own safety and the safety of those around him, he has to be institutionalized. Everyone who has a mind is in a compulsive games condition with it, and therefore to some degree out of touch with the realities of present time. It is entirely a matter of the degree to which he is out of touch.	Wenn dieser Schritt gelaufen werden muss, dann kann dies nur von einem separaten Therapeuten erfolgreich getan werden. Während ein Wesen in einen immer heftigeren zwanghaften Spielezustand mit seinem Verstand hineingerät, wird es immer fixierter darauf und befindet sich immer weniger in Kontakt mit der Gegenwart. Seine Handlungen werden immer seltsamer und immer weniger vernünftig. Im Endeffekt muss die Person zu ihrem eigenen und zum Schutz derjenigen um ihn herum in eine Anstalt eingewiesen werden. Jeder, der einen Verstand hat, befindet sich [in größerem oder kleinerem Ausmaß] in einem zwanghaften Spielezustand mit ihm und befindet sich deshalb in gewissem Maße nicht in Kontakt mit der Gegenwart. Es ist ausschließlich eine Frage des Ausmaßes, wie stark er sich nicht mit ihr in Kontakt befindet.
40.	There is a make-break point beyond which contact with present time is so slight that any attempt to contact the past will dangerously lessen this tenuous contact, and so easily precipitate a psychotic break. The first step is always contact with present time; only when this is above the make-break point is it safe for the being to contact his past. This is true whether the being is working solo or with a separate therapist. In that the being is never aware that his contact with PT has fallen below this make-break point, we	Es gibt einen Entscheidungspunkt, unterhalb dessen der Kontakt mit der Gegenwart dermaßen geringfügig ist, dass jeder Versuch, die Vergangenheit zu kontaktieren, diesen schwachen Kontakt [mit der Gegenwart] auf gefährliche Weise mindert und so leicht einen psychotischen Zusammenbruch herbeiführen kann. Der erste Schritt besteht immer aus dem Kontakt mit der Gegenwart. Nur wenn dieser oberhalb des Entscheidungspunktes liegt, ist es sicher für das Wesen, die Vergangenheit zu kontaktieren. Dies trifft zu, ob das Wesen solo

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>see the reason why Level One is, perforce, a separate therapist step. It's never easy for a being to be aware that he's not aware, which is why you will find a higher proportion of people totally convinced of their sanity inside insane asylums than you will find outside. Their delusional system has become PT to them, and as they know they are in contact with this they 'just known' they are sane. Your truly sane person has no such certainty—merely much positive evidence.</p>	<p>oder mit einem Therapeuten arbeitet. Da sich das Wesen nie gewahr ist, dass sein Kontakt mit der Gegenwart unterhalb den Entscheidungspunkt gefallen ist, können wir sehen, dass Level Eins zwangsläufig ein Schritt ist, der mit Hilfe eines separaten Therapeuten durchgeführt werden muss. Es ist nie einfach für ein Wesen, gewahr zu sein, dass es nicht gewahr ist. Dies ist der Grund, warum man einen höheren Prozentsatz von Leuten in Anstalten findet, die völlig von ihrer geistigen Gesundheit überzeugt sind, als außerhalb. Ihr Täuschungssystem ist für sie zur Gegenwart geworden und da sie wissen, dass sie mit diesem in Kontakt sind, „wissen sie einfach“, dass sie geistig gesund sind. Die wirklich geistig gesunde Person hat diese Gewissheit nicht – lediglich sehr klare Beweise.</p>
41.	<p>Fortunately, only a small percentage of humanity are below this make-break point, and most of those have a long history of being in and out of institutions. However, there are a few below this point who may have no such history; they are those who possess a 'sane' delusional system. The state is appropriately known as computational psychosis. The being gives all the apparency of being highly sane—if a little too 'fixed' in his ideas. As long as he's not subject to under stress he lives a completely normal life. But he's a walking powder-keg, likely to disintegrate at any moment. Too much stress can at any time precipitate a psychotic break in such a person. (What is sometimes politely referred to these days as a 'nervous breakdown'). He's immediately hospitalized. Often he recovers—and five years later disintegrates all over the place once again. And he'll continue to do so as long as he maintains such a highly charged games condition with his own mind, and the consequent tenuous contact with the realities of present time.</p>	<p>Glücklicherweise befindet sich lediglich ein kleiner Prozentsatz der Menschheit unterhalb dieses Entscheidungspunktes, und die meisten von ihnen haben eine lange Geschichte, sich innerhalb und außerhalb von Anstalten aufzuhalten. Dennoch gibt es einige Leute, die sich unterhalb dieses Punktes befinden und keine solche Geschichte aufweisen mögen; es sind diejenigen, die ein „gesundes“ Täuschungssystem haben. Dieser Zustand ist zutreffenderweise als „berechnende Psychose“ bekannt. Das Wesen erweckt vollständig den Eindruck, geistig gesund zu sein – auch wenn seine Ideen vielleicht ein bisschen zu „fixiert“ sind. So lange die Person nicht unter Stress steht, lebt sie ein völlig normales Leben. Doch sie ist ein wandelndes Pulverfass und kann jeden Augenblick explodieren. Zu viel Stress kann bei einer solchen Person jederzeit einen psychotischen Zusammenbruch – was heute netterweise als „Nervenzusammenbruch“ bezeichnet wird – hervorrufen. Sie muss sofort hospitalisiert werden. Oft erholt sie sich – nur um dann fünf Jahre später wieder zusammenzubrechen. Und so wird es weitergehen, so lange sie einen dermaßen stark geladenen Spielzustand mit ihrem eigenen Verstand mit dem als Folge schwachen Kontakt mit den Realitäten der Gegenwart aufrechterhält.</p>
42.	<p>So only a tiny proportion of humanity require Level One to be run, but if it's necessary it must be run before Level Two is attempted. For the mere attempt to do Level Two can precipitate the psychotic break.</p>	<p>Also muss nur bei einem geringen Prozentsatz der Menschheit Level Eins gelaufen werden. Doch wenn er gelaufen werden muss, dann muss er gelaufen werden, bevor man sich an Level Zwei versucht. Denn der bloße Versuch, Level Zwei in Angriff zu nehmen, kann einen psychotischen Zusammenbruch herbeiführen.</p>
43.	<p>It would be terribly easy for me to say: Well, we have a fine test for Level One. Let him try Level Two; if he spins he was Level One. It is a test, but hardly a humane one. Fortunately there is a better test—and an entirely humane one. It sorts out those who are below the make-break point without spinning them. (The test is in the next section.)</p>	<p>Es wäre furchtbar einfach für mich zu sagen: „Nun, wir haben einen tollen Test, ob jemand Level Eins braucht oder nicht. Lassen wir ihn einfach Level Zwei versuchen. Wenn er durchdreht, dann hätte er Level Eins gebraucht.“ Es handelt sich zweifelsohne um einen Test, allerdings nicht gerade um einen menschlichen. Glücklicherweise gibt es einen besseren Test – und zwar einen vollständig menschlichen. Er sortiert diejenigen aus, die sich unterhalb des Entscheidungspunktes befinden, ohne sie zum Durchdrehen zu bringen. (Der Test folgt im</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

		nächsten Teil.)
44.	The Level One needs to improve his contact with and reality of present time before he can attempt Level Two safely. It's as simple as that; nothing else is involved. There's nothing wrong with his neurones or psychones; it's purely between him and PT physical universe. The Level One is, because of his compulsive games condition with his own mind, too far out of touch with the realities of present time to safely attempt Level Two without running the danger of being utterly overwhelmed by his mind, and suffering a psychotic break. In order to contact his mind he has to take a little bit of attention off present time. That may be more attention than he can afford—and so he'll spin.	Level Eins muss seinen Kontakt mit der Gegenwart und der Realität verbessern, bevor er Level Zwei sicher versuchen kann. Es ist genauso einfach und hat mit nichts anderem zu tun. Es ist nichts verkehrt mit seinen Neuronen und Psychonen [wahrscheinlich ein erfundener Begriff, um sich über ähnliche Begriffe lustig zu machen]; es geht lediglich um ihn und das physische Universum. Level Eins befindet sich, aufgrund seines zwanghaften Spielezustandes mit seinem eigenen Verstand, zu wenig in Kontakt mit den Realitäten der Gegenwart, um Level Zwei sicher zu versuchen, ohne Gefahr zu laufen, vollständig von seinem Verstand überwältigt zu werden und einen psychotischen Zusammenbruch zu erleiden. Um seinen Verstand zu kontaktieren, muss er ein klein wenig Aufmerksamkeit von der Gegenwart abziehen. Das kann etwas zu viel Aufmerksamkeit sein, als er sich leisten kann – und so dreht er durch.
45.	I'm mentioning this at great length for obvious reasons: I don't want people spinning on Level Two. Particularly when Level One exercises are available from any competent therapist who is trained to use them.	Ich erwähne dies derart ausführlich aus naheliegenden Gründen: Ich will nicht, dass Leute auf Level Zwei durchdrehen. Schon gar nicht, wenn es kompetente Therapeuten gibt, die darin trainiert sind, mit jemandem Level Eins Übungen durchzuführen.
46.	Undoubtedly the foremost experts at this level are the Scientologists, and their 'CCH' exercises are excellent in achieving the desired result. So if you need Level One running, go and see a Scientologist and tell him you want the 'CCH Processes' run. He'll be happy to oblige, and you'll derive enormous benefit from these simple exercises. Then you can start in solo at Level Two.	Die größten Experten bei diesem Level sind zweifellos die Scientologen, und die sogenannten CCH-Übungen [siehe Glossar] sind ausgezeichnet dazu geeignet, das gewünschte Resultat zu erreichen. Wenn bei Ihnen also Level Eins gelaufen werden muss, suchen Sie einen Scientologen auf, und sagen Sie ihm, dass Sie die „CCH-Prozesse“ haben wollen. Er wird froh sein, Sie Ihnen liefern zu dürfen, und Sie werden enormen Nutzen aus diesen einfachen Übungen ziehen. Dann können Sie solo mit Level Zwei beginnen. [Als dies ursprünglich geschrieben wurde, war die Situation eine andere als heute, und es gab einige frei praktizierende Scientologen. Heute ist es wohl am besten, sich an TROMHelp zu wenden, um jemanden zu finden, der die CCHs liefern kann.]
47.	The Repair of Importances (RI). The Governor.	Das Wiederherstellen von Wichtigkeiten [RI für engl. Repair of Importances]. Der Regulator.
48.	Before we go into Level Two I'd like to introduce you to The Governor. This is a simple exercise that will stay with you during the rest of your solo work. The response to this exercise also determines whether or not it's safe for a person to undertake Level Two, or will require to complete Level One first. People who fail the test yet insist upon continuing with Level Two do so entirely at their own risk. I can only warn you of the dangers, not insist that you abide by my warning. If you successfully pass the test, The Governor will always get you out of any difficulties the exercises may get you into. However, only a person who doesn't need Level One running can make the Governor work for them, and so has this guarantee. I trust I've made my point.	Bevor wir mit Level Zwei beginnen, möchte ich Ihnen Den Regulator vorstellen. Dies ist eine einfache Übung, die Sie bis zum Ende Ihrer Solo-Arbeit begleiten wird. Die Reaktion auf diese Übung bestimmt ebenfalls, ob es für jemanden sicher ist oder nicht, Level Zwei in Angriff zu nehmen, oder ob es notwendig ist, zuerst Level Eins abzuschließen. Leute, die den Test nicht bestehen, aber trotzdem darauf bestehen, mit Level Zwei fortzufahren, tun dies vollständig auf ihr eigenes Risiko. Ich kann nur vor den Gefahren warnen, kann aber nicht darauf bestehen, dass Sie sie ernst nehmen. Wenn Sie den Test erfolgreich bestehen, dann wird Sie Der Regulator immer aus allen Schwierigkeiten herausholen, in die Sie die Übungen hineinbringen mögen. Allerdings kann nur jemand Den Regulator für sich zum Laufen bringen, wenn

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

		Level Eins an ihm nicht gelaufen werden muss. Ich vertraue darauf, dies klar und deutlich zum Ausdruck gebracht zu haben.
49.	<p>The being, becoming more and more enmeshed in the compulsive playing of games and their accompanying importances, first becomes surrounded with them and then, by contagion, believes that he needs them. Thus he is in the frame of mind of needing to be surrounded by importances. As that which is considered important tends to persist and become more solid, we find the being in the state of actually believing that he needs to be surrounded by mass and solidity (It's the importance he craves, not the mass and solidity.) This soon reaches the point where he feels bad if this mass begins to vanish. Left to himself he solves any scarcity by pulling in around himself more old mental masses. As these old mental masses also contain various unpleasant sensations (pain etc.), he will pull in upon himself these things in order to be surrounded by the accompanying mass. It's an incredible mechanism, and explains so much of life. For example: problems and solutions. The being gets to the stage where he literally cannot afford to solve a problem without first ensuring that his solution will create a larger problem for him than the original problem. (He always likes to be on the safe side, and be sure that his 'importance quotient' doesn't diminish.) His life becomes like one of those old Laurel and Hardy films, where, in endeavoring to solve a simple problem a larger one is created, and in attempting to solve that... etc. The audience used to curl up in laughter at their antics—then promptly go home and do much the same things themselves! I wonder how many wives have regretted asking their husbands to replace a tap washer—as they stood viewing the smoking ruins of the family home?</p>	<p>Das Wesen, das immer mehr in das zwanghafte Spielen von Spielen und deren begleitende Wichtigkeiten verstrickt wird, wird zuerst von ihnen umgeben und glaubt dann – wegen Ansteckung –, dass es sie braucht. Somit befindet es sich in einem Geisteszustand, in dem es glaubt, von Wichtigkeiten umgeben sein zu müssen. Da das, was als wichtig betrachtet wird, die Tendenz hat, fortzubestehen und fester zu werden, finden wir das Wesen in einem Zustand, in dem es tatsächlich von Masse und Festigkeit (es ist die Wichtigkeit, nach der es verlangt, nicht die Masse oder die Festigkeit) umgeben sein muss. Bald erreicht es einen Punkt, wo es sich schlecht fühlt, wenn diese Masse zu verschwinden beginnt. Sich selbst überlassen, löst es jeden Mangel [an Masse oder Wichtigkeit], indem es mehr alte geistige Masse um sich herum hereinzieht. Da diese alten geistigen Massen auch verschiedene unangenehme Empfindungen (Schmerzen und so weiter) beinhalten, wird es um sich herum diese Dinge hereinziehen, um von der sie begleitenden Masse umgeben zu sein. Es handelt sich um einen unglaublichen Mechanismus, der so viele Phänomene des Lebens erklärt. Zum Beispiel Probleme und Lösungen. Das Wesen gelangt in einen Zustand, wo es sich buchstäblich nicht erlauben kann, ein Problem zu lösen, ohne vorher sicherzustellen, dass seine Lösung ein größeres Problem erzeugen wird. (Das Wesen mag es, auf der sicheren Seite zu sein und sicherzustellen, dass sein „Wichtigkeitenverhältnis“ nicht abnimmt.) Sein Leben gleicht immer mehr einem jener alten Dick-und-Doof-Filme, in denen beim Versuch, ein einfaches Problem zu lösen, ein größeres erzeugt wird, und im Versuch, dieses zu lösen ... und so weiter. Die Zuschauer pflegten sich ob ihrer Possen vor Lachen zu krümmen – dann gingen sie nach Hause und taten prompt so ziemlich genau dasselbe! Ich frage mich, wie viele Hausfrauen es bereut haben, ihre Ehemänner darum gebeten zu haben, einen Dichtungsring am Wasserhahn auszuwechseln, als sie sich mit der rauchenden Ruine konfrontiert sahen, die einst ihr Zuhause war.</p>
50.	<p>The exercises from Level Two onwards tend to dissolve mental mass at an accelerating rate. Thus, the exercise is at variance with his compulsion to be surrounded by mass (importance). This is a very real dilemma, and there is only one final solution to it:</p>	<p>Von Level Zwei an haben die Übungen eine Tendenz, geistige Masse mit zunehmender Geschwindigkeit aufzulösen. Somit befinden sich die Übungen im Widerspruch mit dem Zwang des Wesens, von Masse (Wichtigkeit) umgeben zu sein. Dies ist ein echtes Dilemma, für das es letztendlich nur eine Lösung gibt:</p>
51.	<p>The being must replace the old mass (importance) with mass of his own creation.</p>	<p>Das Wesen muss die alte [aufgelöste] Masse (Wichtigkeit) mit Masse ersetzen, die es selbst erschaffen hat.</p>
52.	<p>In this way he can do the exercises which vanish the unwanted mental mass without compulsively pulling in around himself further unwanted mental masses to fill the vacuum so produced. In the final instance</p>	<p>Auf diese Weise kann es die Übungen, die die ungewollten geistigen Massen zum Verschwinden bringen, durchführen, ohne dass es zwanghaft um sich herum weitere ungewollte geistige Massen hereinzieht, um das durch</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>this is the only way that he will ever 'let go of' his mind. While he is in the frame of mind of needing importances, he will never permit one to vanish until he is assured that he can easily replace it with another.</p>	<p>die Übungen erzeugte Vakuum aufzufüllen. Letztendlich ist dies die einzige Weise, wie es jemals seinen Verstand „loslassen“ wird. So lange es sich im Geisteszustand befindet, Wichtigkeiten zu brauchen, wird es nie zulassen, dass eine verschwindet, bis es nicht sicher ist, dass es sie leicht mit einer anderen ersetzen kann.</p>
53.	<p>Early on the being is like a prisoner who has been incarcerated in a cell for all of his life. He has come to believe that he needs the walls of his prison, and if suddenly freed will demand to be locked up once more; failing this he will rush into the nearest room, slam the door after him, and hide. This mechanism is well known by prison authorities who have to deal with long-term prisoners; it is one of the hidden benefits of the parole system.</p>	<p>Zu Beginn ähnelt das Wesen einem Gefangenen, der Zeit seines Lebens in einer Zelle eingekerkert war. Es ist zum Glauben gelangt, dass es die Wände seiner Zelle braucht, und wenn es plötzlich frei gelassen wird, wird es verlangen, dass es wieder eingesperrt wird. Geschieht dies nicht, rennt es ins nächst gelegene Zimmer, knallt die Tür hinter sich zu und versteckt sich. Dieser Mechanismus ist bei den Gefängnisbehörden, die mit Langzeitgefangenen zu tun haben, wohl bekannt; es handelt sich um einen der versteckten Vorzüge des Bewährungssystems.</p>
	<p>Right now you are like such a long-term prisoner regarding your own mental mass. You've come to believe that you need it, and so will pull in round yourself more mental mass to replace that which the exercises causes to vanish. Thus, we have to repair the importances we vanish with self-generated importances or the being will soon get himself into a frightful mess. He will find himself in possession of highly persistent aches and pains he knows not what of, as well as a host of other unpleasant emotions and sensations. This mechanism, if not understood and allowed for, will sooner or later bring any psychotherapy to a grinding halt. The researcher was thus led to believe that his therapy was of no use; when, in fact, it was working all too well...</p>	<p>Im Augenblick sind Sie wie ein solcher Langzeitgefangener in Bezug auf Ihre eigene geistige Masse. Sie sind zum Glauben gelangt, dass Sie sie brauchen, und so werden Sie um sich herum mehr geistige Masse herein ziehen, um jene zu ersetzen, die die Übungen zum Verschwinden bringen. Somit müssen wir die Wichtigkeiten, die wir zum Verschwinden bringen, wiederherstellen oder das Wesen wird sich bald in ein schreckliches Durcheinander bringen. Es wird sich sowohl im Besitz von höchst hartnäckigen Wehen und Schmerzen als auch von unangenehmen Emotionen und Empfindungen befinden, von denen es nicht weiß, woher sie kommen. Dieser Mechanismus wird früher oder später jede Psychotherapie zum völligen Stillstand bringen, wenn man ihn nicht versteht und nicht in die Therapie mit einschließt. Der Forscher wurde dazu gebracht zu glauben, dass seine Therapie nutzlos sei, wohingegen sie in Tat und Wahrheit nur zu erfolgreich war ...</p>
54.	<p>So, the Repair of Importances. (RI).</p>	<p>Hier also die Wiederherstellung von Wichtigkeiten (engl. für RI = Repair of Importances).</p>
55.	<p>Commands[:]</p>	<p>Anweisungen:</p>
56.	<p>a) Bring something into existence.</p>	<p>a) Bringen Sie etwas ins Dasein. [Gemeint ist: Stellen Sie sich etwas vor Ihrem geistigen Auge vor.]</p>
57.	<p>b) Have another bring something into existence.</p>	<p>b) Bringen Sie jemand anderen dazu, etwas ins Dasein zu bringen.</p>
58.	<p>a) is run over and over until there is no more change; then b) is likewise run. Then a), and then b) again, until both produce no more change. The creations should be placed around you 360 degrees spherical. You don't have to do anything with the creations; the act of creation is sufficient. Quality of creation is far secondary to quantity of creation; abundance is of the essence.</p>	<p>a) wird so lange gelaufen, bis es keine Veränderung mehr hervorbringt; dann wird b) auf dieselbe Weise gelaufen. Dann a) und wieder b), bis beide Anweisungen keine Veränderung mehr hervorbringen. Die Kreationen sollten 360° räumlich um Sie herum platziert werden. Sie brauchen mit den Kreationen nichts anzustellen; die Handlung des Erschaffens ist ausreichend. Die Qualität der Kreationen kommt weit hinter dessen Quantität; das Wesentliche daran ist die Menge.</p>
59.	<p>There are alternate commands:</p>	<p>Alternativ können folgende Anweisungen verwendet werden:</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

60.	a) Create something.	a) Erschaffen Sie etwas.
61.	b) Have another create something.	b) Bringen Sie jemand anderen dazu, etwas zu erschaffen.
62.	The word 'create' is for many an emotionally charged word and these people will find the preceding commands easier. They mean the same thing.	Das Wort „Erschaffen“ ist für viele ein emotional geladenes Wort, und diese Leute werden erstere Anweisungen leichter finden. Sie bedeuten dasselbe.
63.	Third alternative:	Dritte Variante:
64.	a) Create an importance.	a) Erschaffen Sie eine Wichtigkeit.
65.	b) Have another create an importance.	b) Bringen Sie jemand anderen dazu, eine Wichtigkeit zu erschaffen.
66.	Many will prefer this set, and should use it.	Viele werden diese Variante vorziehen und sollten diese verwenden.
67.	In passing, those who have followed the theory so far will have realized that one sure way to louse a being up is to convince him that he cannot create. Once he is convinced of this lie he is, of course, trapped forever—not only in the universe, but in the compulsive playing of games. In the final instance only his creativity will free him. Thus, the 'entrappers' of this universe basically sing only one song: 'Thou cannot create'. They don't have to sing any others; this one is quite sufficient to do the trick. It's a mournful dirge and appears under a myriad guises.	Nebenbei bemerkt werden jene, die bislang der Theorie gefolgt sind, realisiert haben, dass ein sicherer Weg, ein Wesen zu verderben, darin besteht, es davon zu überzeugen, dass es nicht erschaffen kann. Wenn es einmal von dieser Lüge überzeugt ist, dann ist es natürlich nicht nur für immer im Universum sondern auch im Spielen von zwanghaften Spielen gefangen. Im Endeffekt wird nur seine Kreativität es befreien. Somit singen die „Gefangennehmer“ dieses Universums alle nur das eine Lied: „Möget ihr nicht erschaffen“. Sie brauchen kein anderes zu singen; dieses eine reicht absolut aus, um das Kunststück zu vollbringen. Es ist ein trauriger Klagegesang und erscheint in unzähligen Verkleidungen.
68.	While running RI it is not necessary to perceive ones creations. The certainty that one has created is sufficient. Lack of perception is a very poor proof of non-existence. (There are many Chinese stirring their rice pots in Peking right now. The fact that you cannot perceive them doing so is no proof that they aren't there doing it.)	Beim Laufen von RI ist es nicht notwendig, dass Sie Ihre Kreationen wahrnehmen. Die Gewissheit, dass Sie sie erschaffen haben, ist ausreichend. Fehlende Wahrnehmung ist ein sehr armseliger Beweis dafür, dass etwas nicht existiert. (Es gibt viele Chinesen, die in diesem Augenblick in ihren Reisschalen stochern. Die Tatsache, dass Sie nicht wahrnehmen können, dass sie dies tun, ist kein Beweis dafür, dass sie es nicht tun.)
69.	Early on many beings find themselves plagued by 'non-perception' screens, which prevent them from perceiving their own creations. As you progress through the levels you'll become more and more aware of these screens. Finally you'll vanish them, and thereafter be able to perceive your own creations. Some beings have always been able to perceive their own creations—often in glorious Technicolor—and will wonder why I'm making such a fuss about all this. These notes aren't for you, but for the being who has got himself backed up hard against a 'no-perception' screen—either one of his own, or someone else's. (Refer to Theory Section for more detailed info on the subject of screens).	Zu Beginn werden viele Wesen feststellen, dass sie durch „Nicht-Wahrnehmungs“-Schirme geplagt werden, die sie daran hindern, ihre eigenen Kreationen wahrzunehmen. Während Sie durch die Levels hindurch Fortschritte machen, werden Sie dieser Schirme immer mehr gewahr werden. Schließlich werden Sie sie zum Verschwinden bringen, und danach werden Sie in der Lage sein, Ihre eigenen Kreationen wahrzunehmen. Einige Wesen sind immer schon in der Lage gewesen, ihre eigenen Kreationen wahrzunehmen – oft in herrlichen Technicolor-Farben – und mögen sich wundern, warum ich so einen Aufstand darum mache. Dieser Hinweis ist nicht für diese Wesen bestimmt, sondern für jene, die sich selbst heftig hinter einem „Nicht-Wahrnehmungs“-Schirm verschanzt haben – entweder hinter einem, den sie selbst erschaffen haben oder einem, der von jemand anderem erschaffen wurde. (Im theoretischen Teil lassen sich detailliertere Informationen zu Schirmen finden.)
70.	There is another class of RI called RI by perception.	Es gibt noch eine weitere Klasse von RI, die wahrneh-

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>This is where the being repairs his scarcity of importances by increasing his contact with, and reality of, an existing importance in the PT physical universe. As any solid object has a residual importance postulate within it, we therefore see that a being can repair his scarcity of importance by physically contacting such a solid PT physical universe object. Grasping such an object with your hands and feeling its solidity, temperature, texture etc., will repair importance. Many beings who have difficulty with the creative RI commands will be able to use RI by perception. Any being who can use the creative RI exercises will also be able to use RI by perception, but should use the creative version by preference. Any being who can only use RI by perception early on should from time to time during the Levels have another go at the creative versions. Sooner or later one will 'click', and thereafter should be used in preference to the RI by perception method. The only difference between the two methods is that in the creative version the being is actually generating the importance. He's got to be able to do this eventually, and the sooner he gets onto it the better. RI by perception will work alright up to the top of Level Four, but Level Five, being intensely destructive of mental mass, really does require the creative version to permit its successful completion.</p>	<p>mendes RI genannt wird. Dabei stellt das Wesen den Mangel an Wichtigkeiten dadurch wieder her, dass es den Kontakt und die Realität mit einer bestehenden Wichtigkeit im physischen Universum erhöht. Da jedes feste Objekt einen Rest eines Wichtigkeitspostulats in sich trägt, können wir demnach sehen, dass ein Wesen seinen Mangel an Wichtigkeiten dadurch wiederherstellen kann, dass es körperlich ein solches festes physisches Gegenstandsobjekt kontaktiert. Indem man ein solches Objekt mit den Händen anfasst und seine Festigkeit, Temperatur, Textur und so weiter [und so weiter würde bedeuten: alles was über Berührung wahrgenommen werden kann, also zum Beispiel: Form, Größe, Struktur, evtl. Gewicht] fühlt, wird die Wichtigkeit wiederhergestellt. Viele Wesen, die Schwierigkeiten mit schöpferischem RI haben, sind in der Lage, wahrnehmendes RI zu verwenden. Jedes Wesen, das die schöpferischen RI-Übungen verwenden kann, ist auch in der Lage, wahrnehmendes RI zu verwenden, sollte jedoch der schöpferischen Version den Vorzug geben. Jedes Wesen, das zu Beginn nur wahrnehmendes RI verwenden kann, sollte, während es sich durch die Levels hindurch bewegt, von Zeit zu Zeit die schöpferischen Versionen versuchen. Früher oder später wird eine von ihnen „Klick“ machen, und diese Version sollte wahrnehmendem RI vorgezogen werden. Der einzige Unterschied zwischen den beiden Methoden liegt darin, dass das Wesen bei der schöpferischen Version die Wichtigkeit tatsächlich erzeugt. Schlussendlich muss es in der Lage sein, dies zu tun, und je schneller es damit vertraut wird, desto besser. Wahrnehmendes RI wird bis ans Ende von Level Vier ausreichend funktionieren, Level Fünf hingegen, der besonders destruktiv ist, was geistige Masse angeht, benötigt die schöpferische Version, um seinen erfolgreichen Abschluss zu ermöglichen.</p>
71.	<p>The immediate effect of running RI is to de-intensify any compulsive games condition you are currently engaged in, whether with your mind or with life in general. It 'cools' the game. Thus, the exercise is an extremely valuable one for a being to use at any time. It de-intensifies stress of all types, and is infinitely preferable to the taking of drugs for this purpose. Use it. (Just before you sink the meat-axe into your mother-in-law's skull pause and run a little RI; you'll find you'll be able to put the axe away.)</p>	<p>Die unmittelbare Auswirkung davon, RI zu laufen, besteht darin, jeden zwanghaften Spielezustand, in den man gerade verstrickt ist, zu desintensivieren, sei es nun mit dem eigenen Verstand oder mit dem Leben im Allgemeinen. Es „kühlt“ das Spiel ab. Somit kann die Übung für jedes Wesen zu jeder Zeit äußerst wertvoll sein. Sie desintensiviert Stress jeder Art und ist gegenüber der Einnahme von Medikamenten zu diesem Zweck unendlich vorzuziehen. Verwenden Sie sie. (Bevor Sie das Schlachtbeil in den Schädel Ihrer Schwiegermutter versenken, halten Sie an, und laufen Sie etwas RI; Sie werden feststellen, dass Sie das Beil weglegen können.)</p>
72.	<p>RI also has this remarkable property: You cannot over-run it.</p>	<p>RI hat zudem die bemerkenswerte Eigenschaft, dass man es nicht überlaufen kann.</p>
73.	<p>Being an entirely natural ability of life, it's quite impossible to harm yourself in any way by running RI. It stops producing change after a while, but further running of it does not produce over-run symptoms.</p>	<p>Da es sich um eine vollkommen natürliche Fähigkeit des Lebens handelt, ist es so gut wie unmöglich, dass Sie sich auf irgendeine Art selbst Schaden zufügen, wenn Sie RI laufen. Nach einer Weile bringt es keine Veränderung mehr hervor, doch wenn man es weiterläuft, produziert es keine Überlaufen-Symptome [siehe Glossar].</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

74.	However, RI can be badly under-run when it is required. This is a definite pitfall, and one you should avoid.	Allerdings kann RI schlimm „unterlaufen“ werden, wenn es benötigt wird. Dies ist eine definitive Falle, die man vermeiden sollte.
75.	The main use of RI during the exercises is to act as a lubricant. It keeps things going smoothly. It should be used in generous amounts. It must be used at the following times:	Der Hauptnutzen von RI während den Übungen besteht darin, als Schmiermittel zu dienen. Es stellt sicher, dass die Dinge reibungslos laufen. Es sollte in großzügigen Mengen verwendet werden. Es muss zu folgenden Zeitpunkten verwendet werden:
76.	a) Between the ending of one exercise and the start of a new one.	a) Zwischen dem Ende einer Übung und dem Beginn einer neuen.
77.	b) At the end of every session.	b) Am Ende einer jeden Sitzung.
78.	c) At the beginning of every session.	c) Zu Beginn einer jeden Sitzung.
79.	d) During the session if the going gets rough—i.e. you suffer an intolerable amount of unpleasant sensation.	d) Während der Sitzung, wenn es hart wird – d.h. wenn Sie ein unerträgliches Maß an unangenehmen Empfindungen erleiden müssen.
80.	Bluntly, these exercises will not work in the absence of RI (Level One is the only exception to this, but as Level One is almost entirely perceptual RI the rule still applies). In the absence of RI the exercises will very soon grind to a shuddering and rather painful halt.	Ganz offen gesagt werden diese Übungen in der Abwesenheit von RI nicht funktionieren. (Level Eins ist die einzige Ausnahme. Doch da Level Eins fast ausschließlich aus wahrnehmendem RI besteht, gilt die Regel trotzdem.) In der Abwesenheit von RI wird die Übung bald zum völligen und ziemlich schmerzhaften Stillstand kommen.
81.	When in doubt—run RI. Whenever you run creative RI in session always run both commands to no further change. Do not leave it while it is still producing change. The second command is just as important as the first. Do not leave either while they are still producing change. The exercise will ‘run down’ your stock of importances; use RI to repair it. Thus, although RI is run to no further change, just the doing of the exercise will make it produce changes once more. Early on your tolerance of loss of importance is very slight, so RI will have to be run frequently; later your tolerance increases enormously, and you have a much wider latitude in these things. However, never will you be entirely free of the necessity to run RI as an adjunct to the exercises until you’ve got to the very end of Level Five and achieved Nirvana.	Wenn Sie im Zweifel sind – laufen Sie RI. Wenn Sie schöpferisches RI in der Sitzung laufen, laufen Sie immer beide Anweisungen, bis keine Veränderung mehr auftritt. Verlassen Sie es nicht, solange es noch Veränderung hervorbringt. Die zweite Anweisung ist genauso wichtig wie die erste. Verlassen Sie beide nicht, während sie noch Veränderung hervorbringen. Die Übungen werden Ihren Vorrat an Wichtigkeiten „herunterlaufen“. Verwenden Sie RI, um ihn wiederherzustellen. Somit wird, obwohl RI bis zu keiner Veränderung mehr gelaufen wird, allein das Laufen der Übung erneut Veränderung hervorbringen. Zu Beginn ist Ihre Toleranz, was den Verlust von Wichtigkeiten angeht, sehr gering, sodass RI häufig gelaufen werden muss; später nimmt Ihre Toleranz enorm zu, und Sie haben eine wesentlich größere Bandbreite, was dies betrifft. Dennoch werden Sie nie völlig von der Notwendigkeit befreit sein, RI zu laufen, und es wird Sie begleiten, bis Sie es zur absoluten Spitze von Level Fünf geschafft und Nirwana erreicht haben werden.
82.	The Test	Der Test
83.	We are now in a position to determine whether or not you can begin at Level Two, or will require to complete Level One.	Wir befinden uns jetzt in der Lage zu bestimmen, ob Sie bei Level Zwei beginnen können, oder ob es erforderlich ist, zuerst Level Eins abzuschließen.
84.	The test is very simple. Just work your way through the list of RI commands. Creative ones first. Give each pair a good run before you move on. You are looking for changes. Any changes. If it produces any change its a usable RI command. If none of the creative list produce a change, then up on your hind legs	Der Test ist sehr einfach. Arbeiten Sie sich einfach durch die Liste der RI-Anweisungen hindurch. Zuerst die schöpferischen Versionen. Laufen Sie jedes Paar intensiv, bevor Sie zum nächsten weitergehen. Sie halten Ausschau nach Veränderungen. Irgendwelche Veränderungen hervor-

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>and start getting your paws into contact with the walls and floors and tables in your room right now. OK. You found one? Good. Now run all the change out of it. I don't care how long it takes. Run all the change out of it; run it until it's strictly ho-hum. Good. Feel better? Fine. You've now 'topped up' your reservoir of importances; and are ready for Level Two.</p>	<p>bringt, handelt es sich um eine brauchbare RI-Anweisung. Wenn keine der schöpferischen Versionen eine Veränderung hervorbringt, dann stellen Sie sich auf Ihre Hinterbeine, und bringen Sie Ihre Pfoten in Kontakt mit den Wänden, Böden, Tischen [und so weiter], gleich jetzt. Okay. Haben Sie eine Version gefunden? Gut. Laufen Sie jetzt jegliche Veränderung aus. Es ist mir egal, wie lange es dauert. Laufen Sie es so lange, bis es absolut ho-hum [siehe Glossar] ist. Gut. Fühlen Sie sich besser? In Ordnung. Sie haben jetzt Ihr Reservoir an Wichtigkeiten aufgestockt und sind bereit für Level Zwei.</p>
85.	<p>Alright, I haven't forgotten you others. Don't tell me: nothing happened. It all seems silly, does it? Tell me, Did running perceptive RI make you feel a wee bit queasy in your stomach? Touching all those solid objects? It did? Good. Continue with it until you feel relaxed once more. You are up to doing Level Two. Just make with the paws on the furnishings for an hour or two; it will work wonders for you. However, if you don't feel up to it, then go and see a separate therapist who is skilled in Level One exercises and let him help you do it.</p>	<p>Schon gut, ich habe die anderen unter Ihnen nicht vergessen. Sagen Sie mir nicht, dass nichts geschehen ist. Es sieht alles so albern aus, nicht wahr? Sagen Sie mir, hat das Laufen von wahrnehmendem RI bei Ihnen eine ganz kleine Übelkeit im Magen verursacht? Indem Sie all diese festen Objekte berührt haben? Hat es das getan? Gut. Fahren Sie damit fort, bis Sie sich wieder entspannt fühlen. Sie sind bereit für Level Zwei. Berühren Sie einfach mit Ihren Pfoten eine oder zwei Stunden lang die Möbel [und andere Gegenstände]; es wird für Sie Wunder vollbringen. Wenn Sie sich allerdings nicht dazu bereit fühlen, dann suchen Sie einen separaten Therapeuten auf, der geschickt darin ist, Level Eins Übungen durchzuführen, und lassen Sie sich dabei helfen.</p>
86.	<p>And, finally, those to whom absolutely nothing happened at all during the test. You aren't up to tackling your mind solo right now. Don't try it—it could put you in hospital. You need Level One. Go see a separate therapist and get it run. But don't let him 'tinker' with your mind until Level One has been properly run, for even with a separate therapist it's not entirely safe for you to do so until Level One has been completed—even though he has a sympathetic ear, and a nice leather couch for you to rest your bum on. Get Level One run, and I'll see you later—all chittered up and ready to tackle Level Two solo. (Oh yes, when Level One is properly nulled you'll find one of the RI commands will work for you).</p>	<p>Und zum Schluss zu jenen, bei denen während des Tests absolut nichts geschehen ist. Sie sind im Augenblick noch nicht dazu bereit, Ihren Verstand solo in Angriff zu nehmen. Versuchen Sie es nicht – es könnte Sie spitalreif machen. Sie brauchen Level Eins. Suchen Sie einen separaten Therapeuten auf, und bekommen Sie ihn gelaufen. Lassen Sie ihn aber nicht an Ihrem Verstand herumprüfeln, bis Level Eins korrekt gelaufen wurde, denn sogar mit einem separaten Therapeuten ist es nicht vollständig sicher für Sie, dies zu tun, bis Level Eins abgeschlossen wurde – auch wenn er ein mitfühlendes Ohr und eine bequeme Ledercouch haben mag, auf den Sie Ihren Hintern platzieren können. Bekommen Sie Level Eins gelaufen, und ich sehe Sie später – pfeifend wie ein Vögelchen und bereit dazu, Level Zwei solo in Angriff zu nehmen. (Oh ja, wenn Level Eins korrekt genullt wurde, dann werden Sie feststellen, dass eine der RI-Anweisungen für Sie funktionieren wird.)</p>
87.	<p>Level Two</p>	<p>Level Zwei</p>
88.	<p>Purpose: To find the past. To exercise the being in evaluating the past to the present.</p>	<p>Zweck: Die Vergangenheit finden. Das Wesen darin zu üben, die Vergangenheit gegen die Gegenwart zu bewerten [und das Zeitbrechen zu lernen].</p>
89.	<p>Now I'll be brutally honest with you. If you need this level running badly it's going to hurt. It all depends upon how severe the compulsive games condition is between you and your mind. If you're rather chummy with your mind the exercise will be a breeze, and you'll enjoy it as well as deriving benefit from it. However, if you are a mass of so-called repressions and</p>	<p>Ich werde jetzt schonungslos offen zu Ihnen sein. Wenn bei Ihnen eine starke Notwendigkeit besteht, diesen Level zu laufen, dann wird es wehtun. Es hängt alles davon ab, wie heftig der zwanghafte Spielezustand zwischen Ihnen und Ihrem Verstand ist. Wenn Sie mit Ihrem Verstand ein eher freundschaftliches Verhältnis haben, dann wird die Übung sehr leicht sein, und Sie werden sie</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>inhibitions you are in for a hot time of it. You'll probably be absolutely sure that you are going to die before you've got your teeth a couple of inches into this Level. There's nothing like Level Two to separate the men from the boys. Crack this one, and the rest is easy. However, the Level must be done, for there's no other way to get a being to be able to Timebreak.</p>	<p>sowohl genießen als auch Nutzen daraus ziehen. Wenn Sie allerdings eine Masse von sogenannten „Verdrängungen und Hemmungen“ sind, dann steht Ihnen eine heiße Zeit bevor. Wahrscheinlich werden Sie absolut sicher sein zu sterben, bevor Sie Ihre Zähne auch nur ein paar Zentimeter in diesen Level hinein gebissen haben werden. Es gibt nichts, das mit Level Zwei vergleichbar wäre, um die Spreu vom Weizen zu trennen. Wenn Sie diesen Level knacken, dann ist der Rest einfach. Nichtsdestotrotz muss der Level gemacht werden, denn es gibt keinen anderen Weg, um sich die Fähigkeit zeitzubrechen anzueignen.</p>
90.	<p>Use RI liberally. Don't be a martyr—run RI when the going gets rough; you've nothing to gain by suffering any more than you have to. This Level is designed to crack the compulsive games condition you are currently in with your own mind. It does it with ruthless efficiency—to the full extent you are currently capable of achieving. But I'll tell you this: once you come out the other end you'll have lost all fear of your own mind. You'll know with absolute certainty that there's nothing it can do to you that you can't handle. You're over the biggest hump. The being who has successfully completed Level Two has said good-bye to separate therapists: he now knows he can do what has to be done alone. If this technology ever becomes lost to mankind it will only be because some faint hearts could not confront the horrors of Level Two, and so will change it all into something pleasant—and useless. Never miss it: Level Two is the only barrier that sits between mankind and the attaining of Nirvana. He cannot face Level Two, and so he goes to a separate therapist to help him through it—never realizing that by so doing he has negated his own responsibility in the matter, and so doomed himself to failure. He must do this step alone, or he'll never be able to cock a snook at his own mind; there is no other choice.</p>	<p>Verwenden Sie RI großzügig. Spielen Sie nicht den Märtyrer – laufen Sie RI, wenn es hart wird. Es gibt nichts zu gewinnen, indem Sie mehr leiden, als Sie müssen. Dieser Level dient dazu, den zwanghaften Spielzustand, in dem Sie sich gegenwärtig mit Ihrem Verstand befinden, zu knacken. Er tut dies mit rücksichtsloser Effizienz – im vollen Ausmaß, das Sie im Augenblick in der Lage sind zu erreichen. Doch ich sage Ihnen dies: Wenn Sie am anderen Ende raus kommen, werden Sie alle Furcht vor Ihrem eigenen Verstand verloren haben. Sie werden mit absoluter Sicherheit wissen, dass er Ihnen nichts antun kann, das Sie nicht handhaben können. Sie sind über den größten Berg. Das Wesen, das Level Zwei erfolgreich abgeschlossen hat, hat separaten Therapeuten Adieu gesagt; es weiß, dass es allein tun kann, was getan werden muss. Wenn die Menschheit diese Technologie jemals verlieren sollte, dann nur deshalb, weil einige Feiglinge dem Horror von Level Zwei nicht ins Auge schauen konnten und es deshalb in etwas ganz Angenehmes – und damit Nutzloses – abändern werden. Seien Sie sich stets bewusst, dass Level Zwei die einzige Barriere ist, die zwischen der Menschheit und dem Erreichen des Nirwana steht. Jemand kann Level Zwei nicht ins Auge schauen und geht so zu einem separaten Therapeuten, um ihm durchzuhelfen und realisiert dabei nicht, dass er damit seine eigene Verantwortung in der Sache nicht wahrgenommen und sich damit zum Scheitern verurteilt hat. Er muss diesen Schritt alleine machen, oder er wird nie dazu in der Lage sein, seinem Verstand eine lange Nase zu machen – es gibt keine andere Wahl. [Nach Meinung des Übersetzers sollte es jedoch eine Art Reparatur-Service geben, um einer Person zu helfen, wieder auf den Solo-Weg zurückzukehren, nachdem sie in Schwierigkeiten geraten ist.]</p>
91.	<p>So Level Two will be a baptism of fire for many of you. So be it. Press on. I've known the successful completion of this Level to cure chronic alcoholism in a being all by itself, so the results are well worth attaining. Remember: you've lived through the original of whatever your mind has to throw up at you, so you can live through the recall of it. The last thing you do before you expire is—run RI. Then you won't expire. Get it? Then you continue on with the exercise. Get it?</p>	<p>Damit wird für viele von Ihnen Level Zwei zur Feuertaufe werden. So sei es denn. Machen Sie weiter. Ich habe gesehen, wie der erfolgreiche Abschluss dieses Levels für sich allein chronischen Alkoholismus kuriert hat; die Resultate sind es also absolut wert, erreicht zu werden. Denken Sie daran: Sie waren in der Lage, ursprünglich zu erleben, was auch immer Ihnen Ihr Verstand entgegen zu werfen hat, Sie können es also auch noch einmal durch Rückruf erleben. Das Letzte, was Sie tun, bevor Sie</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

		draufgehen, ist RI laufen. Dann werden Sie nicht draufgehen. Haben Sie das verstanden? Dann fahren Sie mit der Übung fort. Verstanden?
92.	Commands:	Anweisungen:
93.	a) Select a non-significant past scene. (Masochists can select a significant one.)	a) Wählen Sie eine nicht-bedeutsame vergangene Szene. (Masochisten können eine bedeutsame wählen.)
94.	b) Select an object from this scene.	b) Wählen Sie ein Objekt aus dieser Szene.
95.	c) Find an object in PT (one you can see with your eyes) that is different from the past object.	c) Finden Sie ein Objekt in der Gegenwart (eines, das Sie mit den Augen sehen können), das zum vergangenen Objekt [Der Einfachheit halber wird das Objekt aus der vergangenen Szene als vergangenes Objekt bezeichnet.] unterschiedlich ist. [Zwei Objekte sind unterschiedlich, wenn es mindestens eine Eigenschaft gibt, die die beiden Objekte nicht gemeinsam besitzen.]
96.	d) How is it different? Repeat c) and d) (It's permissible to use the same PT object over and over again if you wish) until no more change; then:	d) In wie fern ist es unterschiedlich? [Welche Eigenschaft besitzt es, das das Objekt aus der vergangenen Szene nicht hat oder umgekehrt?] Wiederholen Sie c) und d), bis keine Veränderung mehr auftritt. (Es ist zulässig, ein und dasselbe Gegenstandsobjekt immer und immer wieder zu verwenden, wenn Sie wollen.) Dann:
97.	e) Find an object in PT (one you can see with your eyes) that is similar to the object in the past scene.	e) Finden Sie ein Objekt der Gegenwart (eines, das Sie mit den Augen sehen können), das zum Objekt aus der vergangenen Szene ähnlich ist. [Zwei Objekte sind ähnlich, wenn es mindestens eine Eigenschaft gibt, die beide Objekte gemeinsam besitzen.]
98.	f) How is it similar? Repeat e) and f) until no more change, then repeat c) and d). Continue until both c) and d), and e) and f) produce no more change.	f) In wie fern ist es ähnlich? [Welche Eigenschaft besitzt es, das das Objekt aus der vergangenen Szene ebenfalls besitzt?] Wiederholen Sie e) und f), bis keine Veränderung mehr auftritt. Fahren Sie fort, bis sowohl c) und d) als auch e) und f) keine Veränderung mehr hervorbringen.
99.	g) Select a new past object, either from the same past scene or a different one. Repeat c) and d), then e) and f) with this new past object until no more change.	g) Wählen Sie ein neues vergangenes Objekt aus derselben oder aus einer anderen Szene. Wiederholen Sie c) und d), dann e) und f) mit diesem vergangenen Objekt, bis keine Veränderung mehr auftritt.
100.	Continue the exercise, using more and more significant past objects, until no more change occurs with any past object you care to select. Now do the exercise with past persons. Select them one at a time, and complete the exercise with each person. Continue until no more change occurs with any past person you care to select.	Fahren Sie mit der Übung fort, indem Sie immer bedeutendere vergangene Objekte wählen, bis keine Veränderung mehr auftritt, ganz egal, was für ein Objekt Sie auch immer wählen. Führen Sie nun die Übung mit vergangenen Personen durch. Wählen Sie eine Person auf einmal und schließen Sie die Übung mit jeder Person ab. Fahren Sie fort, bis keine Veränderung mehr auftritt, ganz egal, was für eine Person Sie auch immer wählen.
101.	As you do this exercise, and the compulsive games condition between you and your mind begins to break down, you'll find that it becomes progressively easier to place the 'then' and 'now' objects side by side for comparison purposes, until you are quite easily able to view both the 'then' and 'now' objects simultaneously. You are learning to Timebreak. By the time the exercise has gone null you'll be an ex-	Während Sie diese Übung durchführen und der zwanghafte Spielzustand zwischen Ihnen und Ihrem Verstand zu bröckeln beginnt, werden Sie feststellen, dass es Ihnen immer leichter fällt, die "Damals"- und "Jetzt"-Objekte [und Personen] zum Zwecke des Vergleichs Seite an Seite zu stellen, bis Sie ziemlich leicht in der Lage sind, "Damals"- und "Jetzt"-Objekte gleichzeitig zu sehen. Sie lernen das Zeitbrechen. Wenn die Übung null [siehe

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>pert Timebreaker. Don't rush the exercises; nothing is to be gained by so doing. Once started on a past object or person you should persist with the object or person. To change around all the time will not make it easier for you; you are just prolonging the agony—and the exercise. Run the changes out as you go, that is always the fastest way.</p>	<p>Glossar] wird, werden Sie ein Experte im Zeitbrechen sein. Treiben Sie die Übungen nicht an, Sie gewinnen nichts, wenn Sie das tun. Wenn Sie einmal mit einem vergangenen Objekt oder einer vergangenen Person begonnen haben, sollten Sie am Objekt oder an der Person dran bleiben. Es wird es für Sie nicht einfacher machen, wenn Sie die ganze Zeit herum wechseln; Sie verlängern einfach nur die Qual – und die Übung. Laufen Sie die Veränderungen aus, während sie an etwas Bestimmtem dran sind; das ist immer der schnellste Weg.</p>
102.	<p>Remember: you are running out a compulsive games condition between you and your own past. The exercise continues to produce changes as long as this compulsive games condition is highly charged; as the compulsive games condition quietens down, so the exercise ceases to produce change. You end up feeling quite different about your past—quite friendly towards it—as well as being a competent Timebreaker, and so ready for Level Three.</p>	<p>Denken Sie daran: Sie laufen einen zwanghaften Spielzustand zwischen Ihnen und Ihrer eigenen Vergangenheit aus. Die Übung wird so lange Veränderung hervorbringen, wie dieser zwanghafte Spielzustand stark geladen ist. Wenn sich der zwanghafte Spielzustand langsam legt, bringt die Übung keine Veränderung mehr hervor. Sie werden am Ende sowohl ein ziemlich unterschiedliches Gefühl gegenüber Ihrer Vergangenheit haben – ein ziemlich freundschaftliches – als auch ein kompetenter Zeitbrecher und damit bereit für Level Drei sein.</p>
103.	Level Three	Level Drei
104.	[Purpose:] General Timebreaking.	Zweck: Allgemeines Zeitbrechen.
105.	Timebreaking. Definition: The simultaneous viewing of 'then' and 'now'.	Definition von Zeitbrechen: Das gleichzeitige Anschauen von „damals“ und „jetzt“ [, um damit die Befehlsgewalt vergangener Szenen zu reduzieren].
106.	<p>If Level Two has been properly done then Level Three will be easy. It's just a romp around your past; learning your skills and applying them. However, if you've skidded off Level Two and hope to find salvation in Level Three I have some bad news for you. Either nothing will happen, or all the things you hoped to avoid will come back and haunt you at Level Three. And, what is more, you'll be stuck with them from here on out. You've either 'cooled' this compulsive games condition you are in with your past at Level Two, or you haven't. Level Three is no place to be playing this sort of game. Simply because while you are still playing this game you cannot effectively Timebreak, so the exercises will not benefit you. So, if in doubt about whether Level Two is finished, then it's not finished and you must go back and finish it. Then, and only then, will Level Three help you.</p>	<p>Wenn Level Zwei korrekt gemacht wurde, dann wird Level Drei einfach sein. Es ist einfach nur ein Herumtollen in Ihrer Vergangenheit, das Erlernen Ihrer Fertigkeiten und deren Anwendung. Wenn Sie allerdings aus Level Zwei ausgebrochen sind in der Hoffnung, auf Level drei Rettung zu finden, dann habe ich schlechte Neuigkeiten für Sie. Entweder es wird gar nichts geschehen, oder alles, das Sie auf Level Zwei zu vermeiden versuchten, wird zurückkehren und Sie auf Level Drei verfolgen. Und, was noch dazu kommt, Sie werden für immer damit feststecken. [Hoffen wir doch, dass dies nicht ganz stimmt und auch wieder in Ordnung gebracht werden kann.] Entweder Sie haben Ihren zwanghaften Spielzustand, in dem Sie sich mit Ihrer Vergangenheit befinden, auf Level Zwei „heruntergekühlt“ oder nicht. Level Drei ist kein Ort, wo Sie ein solches Spiel spielen sollten. Ganz einfach deshalb, weil, wenn Sie noch immer das Spiel spielen, Sie nicht effektiv zeitbrechen können, sodass Sie keinen Nutzen aus den Übungen ziehen werden. Wenn Sie also im Zweifel darüber sind, ob Level Zwei abgeschlossen ist, dann ist er es nicht, und Sie müssen zurückgehen und ihn abschließen. Dann und nur dann wird Ihnen Level Drei helfen.</p>
107.	<p>Once Level Two is complete the being is able to comfortably place 'then' and 'now' objects side by side for comparison purposes. Indeed, it will be found that the comparison has become largely automatic. Once</p>	<p>Wenn Level Zwei erst einmal abgeschlossen ist, ist das Wesen in der Lage, „Damals“- und „Jetzt“-Objekte bequem zwecks Vergleich Seite an Seite zu stellen. Tatsächlich wird man feststellen, dass der Vergleich zu einem</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>he so places them the comparison occurs almost instantly. This is as it should be. A being cannot view through time; this is an illusion. He can only view across a distance. Everything you view, you view right now. The action of simultaneously viewing 'then' and 'now' breaks the illusion of time. It literally breaks time—Timebreaking. While the being continues to try and compare the 'then' and 'now' objects while still considering them in different moments in time he never achieves a full comparison; thus, he never achieves a true evaluation of their relative importance, and the 'then' object still retains a residual command power over him. Once Timebroken, the command power of the 'then' object is vanished forever. This cannot be done until the illusion of time is broken: the illusion of time is broken once it is done. There's nothing mystical about this; it's all good, solid natural law. How can his past influence him if his past is now in the present? Flip... See it?</p>	<p>großen Teil automatisch geworden ist. Wenn es sie einmal Seite an Seite stellt, erfolgt der Vergleich so gut wie augenblicklich. Dies ist, wie es sein sollte. Ein Wesen kann nicht durch die Zeit hindurch schauen; dies ist eine Illusion. Es kann nur über eine Distanz schauen. Alles, das Sie anschauen, schauen Sie jetzt an. Die Aktion, „damals“ und „jetzt“ gleichzeitig anzuschauen, bricht die Illusion der Zeit. Es bricht buchstäblich die Zeit – deshalb Zeitbrechen. Während das Wesen damit fortfährt, die „Damals“- und „Jetzt“-Objekte zu vergleichen, und sie noch immer in unterschiedlichen Augenblicken der Zeit betrachtet, erreicht es nie einen vollständigen Vergleich. Somit erreicht es nie eine wahre Bewertung ihrer relativen Wichtigkeit, und das „Damals“-Objekt behält noch immer einen Rest an Befehlsgewalt über es bei. Einmal zeitgebrochen, verschwindet die Befehlsgewalt des „Damals“-Objekts für immer. Dies kann nicht erreicht werden, bis nicht die Illusion der Zeit gebrochen ist; die Illusion der Zeit ist gebrochen, wenn sie gebrochen ist. Es gibt nichts Mystisches in Bezug darauf; es handelt sich um gute, feste Naturgesetze. Wie kann jemanden seine Vergangenheit beeinflussen, wenn sich seine Vergangenheit jetzt in der Gegenwart befindet? Schwups ... Verstehen Sie?</p>
108.	Commands:	Anweisungen:
109.	a) Select a past scene. Become simultaneously aware of the scene and PT around you. Don't try and Timebreak all of the scene at once. Take it a bit at a time. Continue to do this until the past scent 'fades'—i.e. begins to 'fall away' in intensity compared to present time.	a) Wählen Sie eine vergangene Szene. Werden Sie sich gleichzeitig der Szene und der Gegenwart um Sie herum bewusst. Versuchen Sie nicht, die gesamte Szene auf einmal zeitzubrechen. Gehen Sie es stückweise an. Fahren Sie damit fort, bis die vergangene Szene „verblasst“ – d.h. „wegzufallen“ beginnt im Vergleich zur Intensität der Gegenwart.
110.	b) Select a new past scene, and repeat a).	b) Wählen Sie eine neue vergangene Szene und wiederholen Sie Schritt a).
111.	Continue until you are willing and able to Timebreak all your known past.	Fahren Sie damit fort, bis Sie bereit und fähig sind, Ihre gesamte bekannte Vergangenheit zeitzubrechen.
112.	This exercise will take many hours—joyful hours!—and you are gaining all the way. The past will first be found to become increasingly intense in perceptics [a Scientology term for perceptions on various perception channels], then to progressively vanish. As the Level nears completion you'll be hard put to find new scenes to Timebreak, and will be searching for them. This is quite normal. Run RI as necessary. The exercise is not particularly destructive of importances—compared to Level Two, say—but RI will speed your progress considerably. Every so often you'll come across a scene that just will not Timebreak. Not to worry. Just roll up your sleeves and drop back to Level Two regarding it and start finding some differences and similarities between the scene and present time. suddenly it will flip out easily. Run a bit of RI at this point. You've found a 'sticker'. There's something in that scene; more to it than meets the casual gaze.	Diese Übung wird viele Stunden in Anspruch nehmen – frohe Stunden! –, und Sie gewinnen die ganze Zeit. Zuerst wird man feststellen, dass die Vergangenheit zunehmend intensiver wird, was die verschiedenen Wahrnehmungen betrifft und dann immer mehr verschwindet. Wenn sich der Level dem Abschluss nähert, werden Sie sich schwer tun, neue Szenen zum Zeitbrechen zu finden, und Sie werden nach ihnen suchen. Dies ist ziemlich normal. Laufen Sie RI, wenn nötig. Die Übung ist – im Vergleich zu Level Zwei – nicht besonders destruktiv, was Wichtigkeiten angeht, doch RI wird Ihren Fortschritt beträchtlich beschleunigen. Gelegentlich werden Sie auf eine Szene stoßen, die sich einfach nicht zeitbrechen lässt. Kein Grund zur Beunruhigung. Krempeln Sie einfach Ihre Ärmel hoch, und gehen Sie zurück zu Level Zwei in Bezug darauf, und finden Sie Unterschiede und Ähnlichkeiten zwischen der Szene und der Gegenwart. Plötzlich wird sie sich einfach loslösen. Laufen Sie etwas

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>You'll be picking that one up again later on Level Four or Five. At this stage we are only interested in Time-breaking it.</p>	<p>Ri an diesem Punkt. Sie sind auf einen „Hänger“ gestoßen. Es gibt etwas in dieser Szene, das sich dem zufälligen Blick entzieht. Sie werden dies später auf Level Vier oder Fünf noch einmal aufgreifen. In diesem Stadium sind wir bloß daran interessiert, die Szene zeitzubrechen.</p>
113.	<p>As you get well into this Level Three don't be shy about having a good nosy around in these past scenes. They are your past, you know. Spread yourself out and have a good look around. Go take a walk through these scenes. Find a scene with a bus in it; get on the bus and see where it takes you. You'll be amazed! Each scene is a complete universe at that moment in time. It's all there—if you care to take a look.</p>	<p>Wenn Sie gut auf diesem Level Drei vorangekommen sind, scheuen Sie sich nicht davor, eine gesunde Neugier an diesen vergangenen Szenen zu entwickeln. Schließlich handelt es sich um Ihre eigene Vergangenheit! Breiten Sie sich aus, und schauen Sie sich gut um. Machen Sie einen Spaziergang durch diese vergangenen Szenen. Finden Sie eine Szene, in dem ein Bus vorkommt, steigen Sie in den Bus, und sehen Sie, wohin der Bus Sie führt. Sie werden erstaunt sein! Jede Szene ist ein vollständiges Universum zu jenem Augenblick der Zeit. Es ist alles da – wenn Sie sich denn die Mühe machen, einen Blick darauf zu werfen.</p>
114.	<p>Tch, Tch. I shouldn't have said this. Let's be more scientific. Here we go: During this Level, or the subsequent ones, you'll find yourself occupying a viewpoint exterior to your body in present time; you'll also find yourself occupying exterior viewpoints to the ones you occupied at the time during the past scenes. All this is quite normal. A being is natively capable of occupying any viewpoint he so desires in any scene, whether 'then' or 'now'. This ability is returning to you. Very soon you'll be continuously operating your body in PT from a viewpoint exterior to it—simply because it's more comfortable and natural to do so. (Any you'll do this despite the fact that science has conclusively proven that the 'ego' is nothing more than a figment of the brain!)</p>	<p>Huch, das hätte ich wohl besser nicht sagen sollen. Lassen Sie uns etwas wissenschaftlicher sein. So ist es wirklich: Während dieses Levels – oder einem der nächsten – werden Sie feststellen, dass Sie einen Gesichtspunkt einnehmen, der sich außerhalb Ihres eigenen gegenwärtigen Körpers befindet; auch werden Sie feststellen, dass Sie einen Gesichtspunkt außerhalb Ihrer vergangenen Körper einnehmen werden, die Sie zum Zeitpunkt der Szene inne hatten. All das ist ziemlich normal. Ein Wesen ist von Natur aus fähig, jeden beliebigen Gesichtspunkt einzunehmen, den es wünscht, in jeder Szene, ob „damals“ oder „jetzt“. Diese Fähigkeit kehrt jetzt zu Ihnen zurück. Schon sehr bald werden Sie Ihren gegenwärtigen Körper von einem Gesichtspunkt aus handhaben, der sich außerhalb desselbigen befindet – ganz einfach weil es bequemer und natürlicher ist, es auf diese Weise zu tun. (Und Sie werden dies tun, obwohl die Wissenschaft abschließend bewiesen hat, dass das „Ich“ nichts anderes als ein Produkt der Fantasie des Gehirns ist!)</p>
115.	<p>Although the past will progressively vanish during this Level, nothing is being lost except the enforcement to view it; any part of your past that has been Timebroken can easily be brought back into existence once more merely by desiring to view it.</p>	<p>Obwohl die Vergangenheit während diesem Level immer mehr verschwindet, geht nichts verloren, mit Ausnahme des Zwangs, es anzuschauen. Jeder Teil Ihrer Vergangenheit, der zeitgebrochen wurde, kann leicht wieder ins Dasein zurückgeholt werden, indem man einfach nur wünscht, ihn anzuschauen.</p>
116.	<p>As you complete this Level you will get your first preview of Nirvana. For the first time you will feel free of your past, and no longer feel it pressing around you; the endless 'chatter' of the mind will at last be still, and you'll be able to experience the tranquility of utterly still beingness. Unless you actually recall something your past will remain in a state of total vanishment. This, again, is as it should be. If you've been connected to a skin galvanometer during your exercises, the completion of Level Three will show the instrument now sitting quite motionless at 12,500</p>	<p>Wenn Sie diesen Level abschließen, werden Sie einen ersten Vorgeschmack auf das Nirwana bekommen. Zum ersten Mal werden Sie sich frei von Ihrer Vergangenheit fühlen und nicht mehr von ihr bedrängt werden. Das endlose „Plappern“ des Verstandes wird endlich zur Ruhe kommen, und Sie werden in der Lage sein, die Ruhe vollständig stillen Seins zu erfahren. Wenn Sie nicht gerade tatsächlich etwas zurückrufen, wird Ihre Vergangenheit in einem Zustand des vollständigen Verschwindens bleiben. Auch das ist, wie es sein sollte. Wenn Sie während Ihrer Übungen an ein Hautgalvanometer ange-</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>ohms for a male, and 5,000 ohms for a female. The needle is quite calm and lifeless. Indeed, from this point onwards the skin galvanometer will never move much again. It has served its purpose, and can now, if you wish, be discarded. Your perception of change is now equal to or superior to that of the instrument.</p>	<p>geschlossen sind, dann wird das Instrument einen sich kaum verändernden Widerstand von 12.500 Ohm für einen männlichen und 5.000 Ohm für einen weiblichen Körper anzeigen. Die Nadel ist ziemlich ruhig und leblos. [Wenn das tägliche Geschehen zeitgebrochen und nötigenfalls etwas RI gelaufen wurde, wird es gemäß Scientology-Terminologie eine „Schwebende Nadel“ anzeigen.] Tatsächlich wird sich das Hautgalvanometer von diesem Punkt an nur noch kaum bewegen. Es hat seinen Zweck erfüllt und kann jetzt, wenn Sie wollen, zur Seite gelegt werden. Ihre Wahrnehmung von Veränderung ist jetzt gleich gut oder besser wie die des Instruments.</p>
117.	<p>However, Nirvana is still a long way off. But you've now got your feet a couple of rungs up the ladder, and know which direction the ladder is taking you. Level Four will get you up another couple of rungs, and give you an insight into how you ever managed to get a mind in the first place.</p>	<p>Zum Nirwana ist es allerdings noch ein weiter Weg. Doch Sie haben jetzt Ihre Füße ein paar Sprossen höher auf die Leiter gesetzt, und Sie kennen die Richtung, in der sie Sie führen wird. Level Vier wird Sie ein paar weitere Sprossen nach oben bringen und Ihnen etwas Einsicht geben, wie Sie es überhaupt erst geschafft haben, einen Verstand zu bekommen.</p>
118.	<p>Level Four</p>	<p>Level Vier</p>
119.	<p>Purpose: The systematic discharge of the eight classes of overwhelm.</p>	<p>Zweck: Systematisches Entladen der acht Klassen der Überwältigung.</p>
120.	<p>The completion of Level Three signifies the end of your mind impinging upon you in session involuntarily. However, it will still be found to impinge upon you involuntarily in life to some degree—even if you are now capable of Timebreaking it back out of existence again as fast as it appears. You'll find that you just cannot maintain your state of inner stillness amidst the hurly-burly of life. Away from life and alone, you can by Timebreaking get yourself to a state of total peace and relaxation in a matter of minutes; but you'll find it difficult to maintain it while on the hoof, so to speak. It's now time to do something about this state of affairs. There's clearly still things in that mind of yours that you know not what of. This is the whole subject of Level Four.</p>	<p>Der Abschluss von Level Vier bedeutet das Ende davon, dass der Verstand ungewollt in Sitzung auf Sie einwirkt. Allerdings werden Sie feststellen, dass er in gewissem Grad noch immer ungewollt im Leben auf Sie einwirkt – auch wenn Sie jetzt in der Lage sind, es wieder aus dem Dasein zeitzubrechen, sobald es geschieht. Sie werden feststellen, dass Sie Ihren Zustand von innerer Stille mitten im Trubel des Lebens nicht aufrechterhalten können. Weg vom Trubel und alleine können Sie sich innerhalb weniger Minuten mittels Zeitbrechen in einen Zustand vollständigen Friedens und Entspannung bringen. Doch Sie werden es schwierig finden, den Zustand aufrecht zu erhalten, während Sie zur Schlachtbank geführt werden, um es mal so auszudrücken. Es ist an der Zeit, etwas dagegen zu unternehmen. Es gibt ganz klar noch einige Dinge in Ihrem Verstand, über die Sie nichts wissen. Das ist alles, worum es bei Level Vier geht.</p>
121.	<p>Once Level Three is complete you'll find that you have to actively stimulate your mind in session before any of it will appear. What is happening is that it's becoming more and more under your control, and less and less under the stimulus-response control of the environment. From this point onwards you can expect this tendency to increase. Eventually, only you will be able to stimulate your mind; the environment will have lost its power to do so. Level Four will start you in this direction, and Level Five will complete it. To do this we have to take up the whole subject of games. Playing games got you into the mess and the understanding of games will get you out of it once more. You used to be an expert games player. You are going to be an even greater expert very</p>	<p>Wenn Level Drei erst einmal abgeschlossen ist, werden Sie feststellen, dass Sie Ihren Verstand in Sitzung aktiv stimulieren müssen, bevor irgendein Teil davon in Erscheinung tritt. Was geschieht, ist, dass er immer mehr und mehr unter Ihre Kontrolle und immer weniger und weniger unter die Reiz-Reaktions-Kontrolle der Umgebung gerät. Von diesem Punkt an können Sie erwarten, dass diese Tendenz zunimmt. Schließlich werden nur noch Sie selbst in der Lage sein, Ihren Verstand zu stimulieren; die Umgebung wird Ihre Macht dazu verloren haben. Level Vier wird Sie in diese Richtung starten, und Level Fünf wird es zum Abschluss bringen. Um dies zu erreichen, müssen wir das ganze Gebiet des Verstandes aufgreifen. Das Spielen von Spielen hat Sie in den Schlamassel hineingebracht, und das Verstehen von</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>soon—so great an expert that you will see the futility of them, and so give them up for the infinitely greater joys of Nirvana. Never miss it: the route to Nirvana for the compulsive games player is through the voluntary playing of games and then out the other side. You don't get there by running away from them and contemplating your navel. You get there by running through the whole gamut of games play in exercise form. That is Level Five. Level Four prepares you for this by getting you to take a look at the subject of overwhelms, for this is where a lot of your 'livingness' is tied up. You need to free this up before you embark upon the rigors of Level Five. Level Four will also vanish another large and unwanted chunk of your mind.</p>	<p>Spielen wird Sie wieder daraus herausholen. Sie waren einmal ein Experte im Spielen von Spielen. Sie werden schon sehr bald ein noch viel größerer Experte sein – ein so großer Experte, dass Sie die Fruchtlosigkeit von Spielen begreifen können und so für die unendlich viel größeren Freuden des Nirwana aufgeben werden. Vergessen Sie nie: Für den zwanghaften Spielespieler führt der Weg zum Nirwana über das freiwillige Spielen von Spielen und dann auf der anderen Seite hinaus. Sie gelangen nicht dorthin, indem Sie von ihnen weglaufen und meditieren. Sie gelangen dorthin, indem Sie das ganze Spektrum an Spielen in Übungsform durchlaufen. Das ist Gegenstand von Level Fünf. Level Vier bereitet Sie dazu vor, indem er Sie dazu bringt, einen Blick auf das Gebiet der Überwältigung zu werfen. Denn das ist der Ort, wo viel Ihrer „Lebensenergie“ [für engl. Livingness] gebunden ist. Sie müssen diese freisetzen, bevor Sie sich an die Härte von Level Fünf heranmachen. Level Vier wird auch ein weiteres großes und unerwünschtes Stück Ihres Verstandes zum Verschwinden bringen.</p>
122.	The eight classes of overwhelm:	Die acht Klassen der Überwältigung sind:
123.	1) Forced to know.	1) [Selbst] Dazu gezwungen werden zu wissen.
124.	2) Preventing from being known.	2) [Andere] Daran hindern, bekannt zu machen.
125.	3) Prevented from knowing.	3) [Selbst] Daran gehindert werden zu wissen.
126.	4) Forcing to be known.	4) [Andere] Dazu zwingen, bekannt zu machen.
127.	5) Forced to be known.	5) [Selbst] Dazu gezwungen werden, bekannt zu machen.
128.	6) Preventing from knowing.	6) [Andere] Daran hindern zu wissen.
129.	7) Prevented from being known.	7) [Selbst] Daran gehindert werden, bekannt zu machen.
130.	8) Forcing to know.	8) [Andere] Dazu zwingen zu wissen.
131.	<p>We are going to work our way round this list, from 1) to 8), round and round, Timebreaking everything that shows up as we go. There's no need to be shy about the nasty things you've done in your time; we've all done such things. You're working solo, and no one but you need ever know about the gruesome details. That's right, now you can Timebreak there's no longer any need for the confessional. You become your own confessor. Just Timebreak it all out; that's all it's necessary to do. Get it all nicely Timebroken—the guilt feelings, the blame, the shame, the regret, the whole works. Lock the door and plug up the keyhole if it makes you feel a little bit better. But let's get it done, shall we?</p>	<p>Wir arbeiten uns durch diese Liste hindurch, von 1) nach 8), immer und immer wieder, wobei wir alles, was sich auf dem Weg zeigt, zeitbrechen. Es gibt keinen Grund, in Bezug auf die schmutzigen Dinge, die Sie getan haben, scheu zu sein; wir haben alle solche Dinge getan. Sie arbeiten solo, und niemand außer Ihnen selbst braucht die grauslichen Details jemals zu erfahren. Richtig: Jetzt, da Sie zeitbrechen können, gibt es kein Bedürfnis mehr für die Beichte. Sie sind zu Ihrem eigenen Beichtvater geworden. Zeitbrechen Sie einfach alles aus dem Dasein hinaus; das ist alles, was notwendig ist. Bekommen Sie alles schön zeitgebrochen – die Schuldgefühle, das Beschuldigen, die Scham, das Bedauern, einfach alles. Verschießen Sie die Türe, und verstopfen Sie das Schlüsselloch, wenn Sie sich dadurch etwas besser fühlen. Aber bekommen Sie es getan, ja?</p>
132.	Command: Get the idea of being forced to know.	Anweisung: Bekommen Sie die Idee, dazu gezwungen zu werden zu wissen.
133.	Just punch the concept into your mind, and Timebreak any incident that shows up. Don't try and force	Hämmern Sie diese Vorstellung einfach in Ihren Verstand, und zeitbrechen Sie jedes Geschehnis, das sich

TROM – Die Auflösung des Verstandes – Kapitel 2

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	the pace; just take your time. Now punch out the 'Forced to know' idea again. Get anything that shows up Timebroken. Continue with this command until nothing further shows up, and you've run it dry. Now run RI.	zeigt. Versuchen Sie nicht, das Ganze zu beschleunigen; nehmen Sie sich Zeit. Jetzt hämmern Sie wieder die Idee „Dazu gezwungen werden zu wissen“ in Ihren Verstand, und zeitbrechen Sie alles, das sich [jetzt] zeigt. Fahren Sie mit dieser Anweisung fort, bis sich nichts weiteres mehr zeigt und Sie es „trocken“ gelaufen haben. Jetzt laufen Sie RI.
134.	Now move to command number 2). Run it just the same as number 1).	Gehen Sie jetzt zur zweiten Anweisung [zur zweiten Klasse der Überwältigung] über, und laufen Sie sie genauso wie die erste.
135.	Continue through the list. Run plenty of RI, for this Level tends to chop it up a wee bit.	Arbeiten Sie sich durch die Liste hindurch. Laufen Sie mengenweise RI, denn dieser Level braucht sie ein klein wenig auf.
136.	When you've completed through to number 8), go back and start in again at command number 1). New material will show up.	Wenn Sie mit Anweisung 8) fertig sind, gehen Sie zurück an den Anfang und laufen Sie wieder Anweisung 1). Neues Material wird sich zeigen.
137.	Continue round and round the list until there is no further new material, and no further change. When in doubt—run RI.	Arbeiten Sie sich immer wieder durch die Liste hindurch, bis sich kein neues Material mehr zeigt und keine Veränderung mehr auftritt. Wenn Sie im Zweifel sind – laufen Sie RI.
138.	As you work with these commands you will find that you are taking bits here and bits there out of incidents. That's quite alright. Many upsetting incidences contain more than one type of overwhelm; really hot ones can contain all eight! You can see how it is that beings get into such a terrible mess with these things. One thing we know about games play: it's never orderly; anything can happen—and sooner or later will. These overwhelms come apart best in the sequence I've given them. They come apart this way much better than trying to run the incidents in a consecutive time sequence. There's nothing which says an incident has to be run in its strict temporal sequence; that is just being a slave to the illusion of time. The sequence you are using is the basic game sequence, the sequence in which the whole mind is stacked. That's why it comes apart easiest this way. so run the sequence from 1) to 8), round and round, and you'll get there fastest.	Während Sie mit diesen Anweisungen arbeiten, werden Sie feststellen, dass Sie einzelne Teile von verschiedenen Geschehnissen herauspflücken. Dies ist absolut in Ordnung. Viele schlimme Geschehnisse beinhalten mehr als einen Typ der Überwältigung; wirklich heiße können alle acht Typen beinhalten! Es lässt sich also leicht nachvollziehen, wie es kommt, dass Wesen in ein solch furchtbares Durcheinander bezüglich dieser Dinge geraten. Etwas, das wir übers Spielespielen wissen, ist, dass es nie ordentlich abläuft; es kann alles passieren – und tut es früher oder später auch. Diese Überwältigungen lösen sich am besten auf in der Reihenfolge, die ich angegeben habe. Sie lösen sich so viel besser auf, als wenn sie in der Reihenfolge gelaufen würden, wie sie im Verlaufe der Zeit geschehen sind. Es gibt keine Regel, die besagt, dass ein Geschehnis in strikter zeitlicher Reihenfolge gelaufen werden müsste; dies würde lediglich bedeuten, ein Sklave der Illusion der Zeit zu sein. Die Reihenfolge, die wir verwenden, ist die grundlegende Abfolge der Spiele, die Abfolge, in der der gesamte Verstand aufeinander gestapelt ist. Dies ist der Grund, warum er sich so am besten löst. Laufen Sie also die Reihenfolge 1) bis 8), immer wieder, und Sie werden das Ziel am schnellsten erreichen.
139.	Early on only a few commands will produce material, then later other commands will spark off and produce for you. Soon you'll be finding all commands more or less live. Just clean each one up thoroughly before you leave it. Then they all begin to fade, until finally you are unable to punch any new material into view for Timebreaking.	Zu Beginn werden nur einige wenige Anweisungen Material hervorbringen, später dann werden andere Anweisungen „zündend“ und Material hervorbringen. Bald werden Sie feststellen, dass alle Anweisungen mehr oder weniger „lebendig“ sind. Säubern Sie einfach jede Anweisung geflissentlich, bevor Sie sie verlassen. Dann werden Sie alle verblassen, bis Sie schließlich nicht mehr in der Lage sein werden, neues Material ins Gesichtsfeld zu hämmern, das Sie zeitbrechen könnten.

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

140.	Level four is now complete. When it's complete you are no longer bothered by any of the overwhelms on your known time track. If this is not the case, then Level Four is not complete.	Level Vier ist jetzt abgeschlossen. Wenn er dies einmal ist, werden Sie von keiner Überwältigung Ihrer bekannten Zeitspur mehr belästigt werden. Sollte dies nicht der Fall sein, dann ist Level Vier nicht abgeschlossen.
141.	It's as simple as that. Those eight commands are the complete list of overwhelms (upsets). There are none outside of that list. Just go round and round that list until the job is done. There are no inhibitions, repressions, suppressions, withholds or anything else ever dreamed up by the tortuous minds of psychiatrists that is not one or other of those eight classes. You've got them all. And you've got all those that have yet to be discovered, as well!	Es ist genauso einfach. Diese acht Anweisungen bilden die vollständige Liste der Überwältigungen (Verstimmungen). Es existieren keine außerhalb dieser Liste. Gehen Sie einfach immer wieder durch diese Liste hindurch, bis der Job getan ist. Es gibt keine Verdrängungen, Hemmungen, Unterdrückungen, Zurückhaltungen oder irgendetwas sonst, das von einem gequälten Verstand eines Psychiaters ausgedacht wurde, das nicht in die eine oder andere dieser acht Klassen fallen würde. Wir haben alle, sogar jene, die erst noch entdeckt werden müssen!
142.	Just get the job done. It won't take anywhere near as long as you think it will.	Bekommen Sie den Job einfach getan. Es wird nicht einmal annähernd so lange dauern, wie Sie denken.
143.	Good. You are now ready for the rigors of Level Five.	Gut. Sie sind nun für die Härte von Level Fünf gewappnet.
144.	The environment is now virtually incapable of triggering your mind against your conscious choice. Only you can do it now—and even you are having trouble! Only the creation of raw postulates can take you further. That is the whole subject of Level Five.	Die Umwelt ist nun praktisch außerstande, Ihren Verstand gegen Ihren bewussten Willen in Gang zu setzen. Nur Sie können dies jetzt noch tun – und sogar Sie haben Mühe damit! Nur das Erschaffen von reinen Postulaten kann Sie weiter bringen. Das ist das ganze Gebiet von Level Fünf.
145.	Level Five	Level Fünf
146.	Purpose: To exercise the being in the creation of complementary and conflicting postulates in accordance with the Postulate Failure Cycle Chart.	Zweck: Das Wesen darin zu üben, sich ergänzende und im Konflikt befindliche Postulate in Übereinstimmung mit der Postulatfehlschlagzykluskarte zu erschaffen [und damit den Verstand aufzulösen].
147.	The completion of Level Four signals that the being is ready to work with pure postulates. In point of fact he has no choice in the matter, for only by the creation of postulates is he able to progress further. Nothing else is capable of stimulating his mind, and so producing material for Timebreaking. At Level Two the being only has to think of something in order to have mental mass flying round his ears. By the time Level Four is complete only the creation of raw postulates will trigger his mind in the slightest. This is as it should be. Raw postulates are very rare things in life these days—which is precisely why the being's mind is so little triggered by life once Level Four is completed. Humanity at large does not create effects by direct postulates; they cannot use direct postulates; they work on 'systems' of getting things done. A man may shout and rave at you, but it's all noise and bluster; the actual postulate content of his tirade is virtually nil. If he were capable at handling postulates he would speak in a whisper, and people would feel compelled to do as he asks... The power of the silent postulate. Mankind has many 'systems' of power. Wealth is one of them. It permits a man to make his	Der Abschluss von Level Vier zeigt an, dass das Wesen dazu bereit ist, mit reinen Postulaten zu arbeiten. In Tat und Wahrheit hat es diesbezüglich keine andere Wahl, denn nur durch das Erschaffen von Postulaten ist es in der Lage, weiteren Fortschritt zu erzielen. Nichts anderes ist dazu in der Lage, seinen Verstand zu stimulieren und somit Material zum Zeitbrechen zu erzeugen. Auf Level Zwei reicht es schon aus, wenn das Wesen bloß an etwas denkt, damit geistige Masse um seine Ohren fliegt. Mit Abschluss von Level Vier wird nur das Erschaffen von reinen Postulaten seinen Verstand überhaupt erst in Gang setzen. Dies ist, wie es sein sollte. Reine Postulate sind heute sehr selten geworden – was exakt der Grund ist, warum der Verstand des Wesens so wenig durch das Leben in Gang gesetzt wird, wenn Level Vier einmal abgeschlossen ist. Im Allgemeinen erschaffen die Menschen Wirkungen nicht mit Hilfe von reinen Postulaten; sie können keine direkten Postulate verwenden; sie arbeiten mit „Systemen“, um Dinge getan zu bekommen. Jemand mag wütend auf Sie sein und Sie anschreien, doch es ist alles bloß Schall und Rauch; der tatsächliche Postulatgehalt seiner Tirade ist so gut wie Null. Wenn er in der Lage wäre, Postulate zu handhaben, dann würde

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>postulates effective when the true power of his postulate is close to zero. As the being comes up the line he progressively abandons his 'systems' of power and returns to the direct postulate. And in so doing his life becomes incredibly simple and uncomplicated.</p>	<p>er flüstern, und die Leute würden sich dazu gezwungen fühlen, seinem Willen zu entsprechen ... Die Macht des leisen Postulats. Die Menschen verfügen über viele „Systeme“ der Macht. Reichtum ist eines von ihnen. Er erlaubt es jemandem, seine Postulate wirksam zu machen, wenn die wirkliche Macht seines Postulats so gut wie Null ist. Wenn das Wesen hoch kommt, gibt es seine „Systeme“ der Macht immer mehr auf und kehrt zum direkten Postulat zurück. Und indem es dies tut, wird sein Leben unglaublich einfach und unkompliziert.</p>
148.	<p>So when we reach Level Five we are, as they say, down to the nitty-gritty: the basic building blocks upon which the mind is built; the four basic postulates which go to make up life and games play.</p>	<p>Wenn wir Level Fünf erreichen, dann befinden wir uns beim Eingemachten, wie man so schön sagt, den grundlegenden bildenden Blöcken, auf denen der Verstand aufgebaut ist, den vier grundlegenden Postulaten, die das Leben und das Spielespielen ausmachen.</p>
149.	<p>A postulate is a causative consideration; it is a consideration which contains an intention that something will occur. (The flavor of its meaning is contained in the old Latin 'postulare'—to demand.) One creates a postulate like one creates anything else: one brings it into existence in a certain location in space. Early on you may like to surround your postulates with mass. That is quite alright. You can create them with pink stripes and funny hats on if you wish; they are, after all, your creations. Later on you'll be able to do without the mass, and just create the pure postulate.</p>	<p>Ein Postulat ist eine verursachende Betrachtung; es ist eine Betrachtung, die eine Absicht enthält, dass etwas geschehen wird. (Der Geschmack von dessen Bedeutung ist im Altlateinischen Wort „postulare“ enthalten, das so viel wie „fordern“ bedeutet.) Man erschafft ein Postulat genauso, wie man auch alles andere erschafft; man bringt es an einem bestimmten Ort des Raumes ins Dasein. Zu Beginn kann es sein, dass Sie Ihre Postulate mit Masse umgeben wollen. Dies ist absolut in Ordnung. Sie können Sie mit rosaroten Streifen und lustigen Hüten erschaffen, wenn Sie wollen. Schließlich handelt es sich um Ihre eigenen Kreationen. Später werden Sie in der Lage sein, ohne die Masse auszukommen und einfach nur das reine Postulat erschaffen.</p>
150.	<p>A being tends to feel at the completion of Level Four that there is very little of his mind left. This is not so. The truth of the matter is that the vast majority of the mind is still there intact at the completion of Level Four. The illusion of vanishment only occurs because there are so few pure postulates in everyday life to stimulate the mind, so it stays out of existence. Get a spear through your guts and you'll soon realize that you've got a lot of mind hanging around still—as those mental masses begin to fly around you once more. That spear, you see, is a bit of solid postulate, and will get things jangling once more.</p>	<p>Beim Abschluss von Level Vier neigt ein Wesen dazu zu glauben, dass sehr wenig von seinem Verstand übrig ist. Dem ist aber nicht so. Tatsache ist, dass beim Abschluss von Level Vier der größte Teil des Verstandes noch immer in Takt ist. Die Illusion des Verschwindens kommt nur deshalb zustande, weil es im alltäglichen Leben so wenige reine Postulate gibt, die den Verstand stimulieren können, weshalb er nicht in Erscheinung tritt. Wenn ein Speer Ihre Eingeweide durchbohren sollte, dann werden Sie schnell zum Schluss kommen, dass Sie noch eine Menge Verstand haben, der herumhängt – denn diese geistigen Massen beginnen wieder um Sie herum zu fliegen. Sehen Sie, der Speer ist eine Art festes Postulat, und er bringt die Dinge wieder in Aufruhr.</p>
151.	<p>So even though Level Four is complete we still have a residual hard-core of mind left, and our job on Level Five is to bring it into view so it can be Timebroken. As your power of postulate increases on Level Five, so you'll be able to spring more and more of this into view; this in turn will improve your power of postulate even more, which will permit you to spring even deeper levels into view. And so on until the job is finally done. How capable will you be? I don't know, for to the very best of my knowledge no one has got there yet. You write and tell me about it. I do know</p>	<p>Auch wenn Level Vier abgeschlossen ist, gibt es noch immer einen harten Kern des Verstandes, der übrig geblieben ist, und der Job auf Level Fünf besteht darin, ihn in Sichtweite zu bringen, sodass er zeitgebrochen werden kann. So wie Ihre Macht zu postulieren auf Level Fünf zunimmt, wird mehr und mehr davon in Sichtweite kommen; dies wird seinerseits Ihre Macht zu postulieren noch weiter steigern, was es Ihnen erlauben wird, noch tiefere Ebenen in Sichtweite zu bringen. Und so weiter, bis der Job schließlich erledigt ist. Wie fähig werden Sie sein? Ich weiß es nicht, denn meines Wissens ist noch</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>this, though: the sky is a lot higher than you think. Even when you can knock a couple of planets out of orbit with the whisper of a thought, you're still only a babe in arms in terms of your full potential. Only life has ever put a limit to the ability of life.</p>	<p>niemand dahin vorgedrungen. Schreiben Sie mir, und lassen Sie es mich wissen. Allerdings weiß ich Folgendes: Der Himmel befindet sich sehr viel höher, als Sie denken. Sogar wenn Sie dazu in der Lage sind, mit dem Flüstern eines Gedankens ein paar Planeten aus ihrer Bahn zu werfen, sind Sie noch immer ein Baby, was Ihr volles Potenzial betrifft. Nur das Leben selbst hat der Fähigkeit des Lebens jemals Grenzen gesetzt.</p>
152.	<p>One last word before we go into Level Five proper. Be sure you want to make the trip. There's no going back, you know. Can you go back now and enjoy the games you played as a five year old? Once you walk this road you can't get off it. My advice is to take someone with you, or you'll soon be running a terrible scarcity of people to talk to about the really interesting things in life. If you don't fancy yourself as a being with god-like abilities, on the other hand, then the top of Level Four is the place to quit. You are still more or less human, and Level Five will soon change all that.</p>	<p>Noch ein letztes Wort, bevor wir wirklich mit Level Fünf beginnen. Seien Sie sicher, dass Sie diese Reise auch wirklich unternehmen wollen. Denn wissen Sie, es gibt keinen Weg zurück. Können Sie jetzt zurückgehen und die Spiele genießen, die Sie als Fünfjähriger gespielt haben? Wenn Sie diesen Weg einmal gehen, können Sie ihn nicht mehr verlassen. Ich rate Ihnen, jemanden mit zu nehmen, oder Sie werden bald eine fürchterliche Knappheit an Leuten haben, mit denen Sie sich über die wirklich interessanten Dinge des Lebens unterhalten können. Wenn Sie sich auf der anderen Seite allerdings nicht als Wesen mit gottähnlichen Fähigkeiten vorstellen können, dann ist die Spitze von Level Vier der Ort um auszusteigen. Sie sind noch immer mehr oder weniger menschlich, und Level Fünf wird dies bald ändern.</p>
153.	<p>Are you coming? Good! Nice to have you along.</p>	<p>Kommen Sie mit? Gut! Schön, Sie dabei zu haben.</p>
154.	<p>At this point take out the Postulate Failure Cycle Chart and study it. I advise you to make your own copy of it on a piece of cardboard. This can be folded to fit into a plastic sachet, and so be carried around with you without getting all crinkly and dog-eared. The chart is worth studying, and there is always something to be learned by looking at it. Indeed, it will soon become a very valued possession. There is a great symmetry and beauty about the chart, which grows on you as you use it. There is a great oddity about this chart: It is almost impossible to remember it! Which is quite understandable once one begins to appreciate its true significance. (It took me six months to get it exactly right.)</p>	<p>Nehmen Sie jetzt die Postulatfehlschlagzykluskarte hervor und studieren Sie sie. Ich rate Ihnen, auf einem festem Stück Papier eine eigene zu erstellen. Dieses können Sie dann falten und in ein Plastikmäppchen stecken. Auf diese Weise können Sie sie mit sich herumtragen, ohne dass sie ganz zerknittert wird und Eselsohren bekommt. Die Karte ist es durchaus wert, studiert zu werden; es gibt immer etwas, das man lernen kann, indem man sie anschaut. Tatsächlich wird sie sich bald zu einem wertvollen Besitz entwickeln. Die Karte besitzt eine große Symmetrie und Schönheit, die auf Sie abfärbt, während Sie sie verwenden. Es gibt etwas sehr Merkwürdiges in Bezug auf die Karte: Es ist fast unmöglich, sich an sie zu erinnern! Dies ist ziemlich verständlich, wenn man ihren tatsächlichen Wert einmal zu schätzen gelernt hat. (Es hat mich sechs Monate gekostet, um sie genau richtig hinzubekommen.)</p>
155.	<p>The chart is divided into 8 major levels; each level is sub-divided into two sections. This gives us a total of 16 possible games situations regarding an effect. You'll also notice that the chart is divided into Origin and Receipt, and Self and Others. Self and Others is self-explanatory. Origin means the originator in a game; Receipt means the responder in a game. Receipt responds to Origin; Origin causes Receipt to respond. It's purely a matter of who starts, or originates, the game.</p>	<p>Die Karte ist in 8 größere Stufen unterteilt, und jede Stufe enthält 2 Abschnitte. Dies ergibt eine Gesamtheit von 16 möglichen Spielsituationen in Bezug auf eine Wirkung. Sie werden feststellen, dass die Karte in Urheber und Empfänger sowie Selbst und Andere unterteilt ist. Selbst und Andere braucht keine weitere Erklärung. Empfänger ist derjenige, der auf das Spiel reagiert. Der Empfänger reagiert auf den Urheber; der Urheber veranlasst den Empfänger zu reagieren. Es ist lediglich eine Angelegenheit dessen, wer das Spiel startet oder „originiert“, wie man auch sagen könnte.</p>
156.	<p>The 16 [situations] consist of 4 overt overwhelms, 4 motivator overwhelms, 4 origin of games, and 4 re-</p>	<p>Die 16 Situationen bestehen aus 4 Overt-Überwältigungen, 4 Motivator-Überwältigungen, 4 Urheber-</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	ceipt of games.		bern und 4 Empfängern von Spielen.			
157.	<p>Life goes from 8B to 1A; we work from 1A to 8B. Always. The reason for this is that later games occlude earlier ones. So we start late and go early. This means we are running life in reverse. You'll soon get used to this, though early on it can be a bit puzzling. We don't have any choice in the matter. Have you ever tried peeling an onion from the inside? You peel it from the outside inwards; you peel your mind the same way. Your mind is very much like an onion in this respect. If you want to waste time you'll run the chart from 8B to 1A; it's a great way to get nowhere fast. It's also a guaranteed way to put yourself into deep apathy. (Oh boy, if you really wanted to louse this Level Five up, that is one sure way to do it. Talk about booby traps...)</p>		<p>Das Leben verläuft von 8B nach 1A; wir hingegen arbeiten von 1A nach 8B. Immer. Der Grund dafür liegt darin, dass spätere Spiele frühere verbergen. Dies bedeutet, dass wir das Leben in umgekehrter Reihenfolge laufen. Sie werden sich schnell daran gewöhnen, auch wenn es zu Beginn etwas verwirrend sein mag. Wir haben diesbezüglich allerdings keine andere Wahl. Haben Sie jemals versucht, eine Zwiebel von innen heraus zu schälen? Man schält sie von außen nach innen. Und genauso „schält“ man auch den Verstand. Ihr Verstand hat, was dies betrifft, eine große Ähnlichkeit mit einer Zwiebel [er bringt Sie zum Weinen]. Wenn Sie Zeit verschwenden wollen, dann laufen Sie die Karte von 8B nach 1A; dies ist eine großartige Methode, schnell nirgendwohin zu kommen. Es ist auch eine garantierte Methode, sich selbst in tiefe Apathie zu treiben. (Junge, Junge, wenn Sie diesen Level Fünf wirklich zum Scheitern bringen wollen, dann ist dies eine sichere Methode, dies zu tun. Reden wir nur mal von versteckten Fallen ...)</p>			
158.	<p>The being, in life, enters games with an effect at 8B; after many vicissitudes he quits playing games with this effect at 1a. No more games are possible with this effect once 1A is reached, as all four postulates are now in failure (overwhelm) both as SD and PD. Check it through and you will see that this is so. He now goes back in at 8B with a substitute effect, and starts the circuit all over again. (Talk about futility!) So the chart is really circular, and 8B should be folded round to join 1a forming a cylinder. (I believe there is something in Eastern religion called 'The wheel' which is similar to this. Or maybe they had this chart once out East and lost it...)</p>		<p>Im Leben tritt das Wesen in Spiele mit einer Wirkung bei 8B ein; nach vielen Widrigkeiten hört es bei 1A auf, Spiele mit dieser Wirkung zu spielen. Nachdem einmal 1A erreicht wurde, sind keine Spiele mehr mit dieser Wirkung möglich, da nun alle vier Postulate fehlgeschlagen sind (überwältigt wurden), sowohl als SD als auch als PD. Überprüfen Sie es, und Sie werden feststellen, dass dem so ist. Es tritt nun bei 8B wieder mit einer Ersatzwirkung ein und beginnt den Zyklus von neuem. (Reden wir nur mal von Fruchtlosigkeit!) Die Karte ist also tatsächlich kreisförmig, und 8B sollte so herumgedreht sein, dass es an 1A stößt und so einen Zylinder bildet. (Ich glaube, dass es in den östlichen Religionen so etwas wie „Das Rad“ gibt, das dieser Karte ähnelt. Es kann aber auch sein, dass sie die Karte im Osten einmal draußen liegen gelassen und verloren haben ...)</p>			
159.	<p>The next point is that the chart only shows the SD postulates. The PD postulates you have to put in yourself. There's no difficulty in this, for they are always the complementary postulate to the SD postulate. To save you looking them up in the Theory Section the list follows:</p>		<p>Weiter sollten Sie wissen, dass auf der Karte nur die SD-Postulate aufgeführt sind. Die PD-Postulate müssen Sie selbst reinsetzen. Dies ist nicht schwierig, denn es handelt sich stets um die sich ergänzenden Postulate zu den SD-Postulaten. Damit Sie sie nicht im theoretischen Teil nachschauen müssen, seien sie hier noch einmal aufgeführt:</p>			
160.		SD	PD		SD	PD
161.	1.	Must be known.	Must know.	1.	Muss gewusst werden.	Muss wissen.
162.	2.	Must not be known. [Must be not not-known.]	Must not know. [Must not-know.]	2.	Darf nicht gewusst werden. [Muss nicht-gewusst werden.]	Darf nicht wissen. [Muss nicht-wissen.]
163.	3.	Must know.	Must be known.	3.	Muss wissen.	Muss gewusst werden.
164.	4.	Must not know. [Must not-know.]	Must not be known. [Must be not-known.]	4.	Darf nicht wissen. [Muss nicht-wissen.]	Darf nicht gewusst werden. [Muss nicht-gewusst werden.]

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

165.	Next I'd like to recap for you, so you are absolutely sure of what we are doing on Level Five. It's necessary to be very clear in your mind on the differences between the following life situations.	Als Nächstes möchte ich einige Dinge wiederholen, damit Sie absolute Gewissheit haben, worauf es auf Level Fünf ankommt. Es ist notwendig, dass Sie die Unterschiede zwischen folgenden Lebenssituationen klar erkennen:
166.	A no game situation	Eine Nicht-Spielesituation
167.	This is a complementary postulate situation. You look at a wall; the wall is there to be known, and so you know it. It's 'be known' and 'know'; complementary postulates. This is not a game situation. There is no postulate conflict; all the postulates match up. I'll leave it to you as an exercise to spot life situations for the other three sets on the above list. Remember: Complementary postulates enhance affinity; conflicting postulates detract from it.	Dies ist eine Ergänzungspostulatsituation. Sie schauen auf eine Wand; die Wand ist da, um gewusst zu werden, und so wissen Sie sie. Es handelt sich um „gewusst werden“ und „wissen“; sich ergänzende Postulate. Dies ist keine Spielesituation. Es gibt keinen Postulatkonflikt; alle Postulate ergänzen sich. Ich überlasse es Ihnen als Übung, Lebenssituationen für die übrigen drei Konstellationen zu entdecken. Denken Sie daran: Sich ergänzende Postulate erhöhen die Affinität; sich im Konflikt befindliche Postulate erniedrigen sie.
168.	A voluntary game situation	Eine freiwillige Spielesituation
169.	This is a conflicting postulate situation. You look at a wall; the wall is there to be known, and you decide you don't want to know about it. It's 'be known' and 'not-know'; conflicting postulates. Thus, this is a game situation, for there is postulate conflict; the postulates are in opposition. I'll leave it as an exercise for you to spot life situations for the other three sets on the above list.	Dies ist eine sich im Konflikt befindliche Spielesituation. Sie schauen auf eine Wand; die Wand ist da, um gewusst zu werden, und Sie entscheiden sich dazu, dass Sie nichts über sie wissen möchten. Es handelt sich um „gewusst werden“ und „nicht-wissen“; sich im Konflikt befindliche Postulate. Dies ist also ein Spielezustand, denn es gibt einen Postulatkonflikt; die Postulate befinden sich in Opposition. Ich überlasse es Ihnen als Übung, Lebenssituationen für die übrigen drei Konstellationen zu entdecken.
170.	A compulsive game situation	Eine zwanghafte Spielesituation
171.	This is identical to the voluntary game situation except that the game is compulsive. The being feels compelled to play it; he's lost his freedom of choice in the matter. He sees the wall and has no choice but to 'not-know' it.	Dies ist identisch zum freiwilligen Spielezustand mit der Ausnahme, dass das Spiel zwanghaft ist. Das Wesen fühlt sich dazu gezwungen, es zu spielen; es hat diesbezüglich die Wahlfreiheit verloren. Es sieht die Wand und hat keine andere Wahl, als sie zu „nicht-wissen“.
172.	While the game is voluntary, the being can always end it by adopting complementary postulates. E.g. he stops fighting the wall and adopts a 'know' postulate regarding its 'be known' postulate. End of game. All games can be ended in this manner. No exceptions. If you want to stop any game you are engaged in you only have to adopt the complementary postulate to the one being held by your opponent, and the game promptly ends. He too, of course, can end it by adopting the complementary postulate to yours. You cannot force any being into a game who insists upon adopting complementary postulates to your own. Thus, a being, who is free from the compulsion to play games can never be forced into a game against his choice. He'll play only as long as he wants to play, then, if you try and force him to continue, he'll merely go into a complementary postulate situation with you. There's nothing you can do about it. I mean, you can't even complain that you've lost the game, for you've clearly won it! Or have you? For you never	So lange das Spiel freiwillig ist, kann das Wesen es immer beenden, indem es sich ergänzende Postulate annimmt. So hört es zum Beispiel auf damit, die Wand zu bekämpfen und übernimmt ein „Wissen“-Postulat hinsichtlich ihres „Gewusst werden“-Postulats. Ende des Spiels. Alle Spiele können auf diese Weise beendet werden. Ausnahmslos. Wenn Sie irgendein Spiel beenden möchten, in das Sie verwickelt sind, dann brauchen Sie lediglich das sich ergänzende Postulat zum Postulat anzunehmen, das Ihr Gegner hält, und das Spiel endet prompt. Auch er kann natürlich das Spiel beenden, indem er das sich ergänzende Postulat zu Ihrem annimmt. Man kann ein Wesen nicht in ein Spiel hinein zwingen, das darauf beharrt, sich ergänzende Postulate zu Ihren anzunehmen. Also kann ein Wesen, das frei vom Zwang ist, Spiele zu spielen, nie gegen seine Wahl in ein Spiel gezwungen werden. Es wird nur so lange spielen, wie es spielen will, und dann, wenn Sie versuchen, es dazu zu zwingen weiterzumachen, wird es einfach nur mit Ihnen in eine sich ergänzende Postulatsituation gehen. Es gibt

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>overwhelmed him. I leave you to ponder this, for it has a large number of interesting philosophical ramifications.</p>	<p>nichts, das Sie dagegen tun können. Ich meine, Sie können sich noch nicht einmal darüber beklagen, dass Sie das Spiel verloren haben, denn sie haben es klar gewonnen. Oder etwa nicht? Denn Sie haben ihn nie überwältigt. Ich überlasse es Ihnen, dies gründlich durchzudenken, denn es hat eine Menge philosophischer Auswirkungen.</p>
173.	<p>The route out is from the compulsive playing of games, through the voluntary playing of games, to an ending of all games by the adoption of complementary postulates and so the achieving of a non game situation: Nirvana.</p>	<p>Der Weg hinaus führt über das zwanghafte Spielen von Spielen, über das freiwillige Spielen von Spielen, zu einem Beenden aller Spiele, indem man sich ergänzende Postulate annimmt und so eine Nicht-Spielesituation erreicht: Nirwana.</p>
174.	<p>So let us be very clear about the direction in which we are travelling on Level Five. There is nothing wrong with playing games, for games are fun; but there is an awful lot wrong with having to play games. The trap is not in the playing of games. The trap lies in the fact that the playing of games leads to the compulsive playing of games. That leads straight into every trap this universe contains. We only have to return to the being his freedom of choice in the playing of games and the job is done.</p>	<p>Lassen Sie uns also sehr entschieden sein hinsichtlich der Richtung, in der wir uns auf Level Fünf bewegen. Es ist nichts falsch damit, Spiele zu spielen; aber es ist sehr viel falsch damit, Spiele spielen zu müssen. Die Falle liegt nicht im Spielen von Spielen; die Falle liegt in der Tatsache, dass das Spielen von Spielen zum zwanghaften Spielen von Spielen führt. Und dies führt geradewegs in so etwa jede Falle, die dieses Universum zu bieten hat. Wir müssen dem Wesen lediglich hinsichtlich des Spielens von Spielen seine Wahlfreiheit zurückgeben, und der Job ist erledigt.</p>
175.	<p>Now, once more take out the Postulate failure Cycle Chart. The chart can be divided into 8 'games' levels, and 8 'overwhelm' levels. 'Game' and 'overwhelm' are all part of games, but we need to separate these levels from a practical point of view.</p>	<p>Nehmen Sie nun noch einmal die Postulatfehlschlagzykluskarte hervor. Die Karte kann in 8 „Spiele“- und 8 „Überwältigungs“-Stufen unterteilt werden. Sowohl Spiel und Überwältigung gehören zum Spielen, doch von einem praktischen Gesichtspunkt aus müssen wir diese Stufen voneinander trennen.</p>
176.	<p>First, the game levels. In each one of these levels there are actually four postulates on the board (The term 'on the board' comes from the game of chess, and I use it in the sense of 'in play'). There is your SD postulate (shown on the chart), your PD postulate (not shown on the chart); your opponent's SD postulate (shown on the chart), and your opponent's PD postulate (not shown on the chart) is where you are; your PD postulate is 'out there' where your opponent is. Your opponent's SD postulate is where he is; his PD postulate is over where you are. You are trying to get him to adopt your PD postulate; he is trying to get you to adopt his PD postulate. If either succeeds, an overwhelm occurs, and the game is lost or won; the overwheeler is the victor, the overwhelmed is the vanquished.</p>	<p>Befassen wir uns zuerst mit den Spielstufen. Bei jeder dieser Stufen befinden sich tatsächlich vier Postulate auf dem Brett (Der Begriff „auf dem Brett“ stammt vom Schachspiel, und ich gebrauche ihn in der Bedeutung von „auf der Karte“). Da gibt es einmal Ihr SD-Postulat (aufgeführt), Ihr PD-Postulat (nicht aufgeführt), dann das SD-Postulat Ihres Gegners (aufgeführt) und das PD-Postulat Ihres Gegners (nicht aufgeführt). Das SD-Postulat ist dort, wo Sie sich befinden; Ihr PD-Postulat ist „dort drüben“, wo sich Ihr Gegner befindet. Das SD-Postulat Ihres Gegners ist dort, wo er sich befindet; sein PD-Postulat ist „dort drüben“, wo Sie sich befinden. Sie versuchen, ihn dazu zu bringen, Ihr PD-Postulat zu übernehmen; er versucht, Sie dazu zu bringen, sein PD-Postulat zu übernehmen. Wenn einer von beiden erfolgreich ist, findet eine Überwältigung statt, und das Spiel ist entweder verloren oder gewonnen; der Überwältiger ist der Gewinner, der Überwältigte ist der Verlierer.</p>
177.	<p>The overwhelm levels. In each of these 8 levels there are only 2 postulates on the board: Those of the overwheeler. His SD postulate is still where he is. His PD postulate is now entirely round the vanquished (who is convinced of it). The SD postulate of the vanquished has now gone off the board; with it, of course, goes the PD postulate of the vanquished.</p>	<p>Die Überwältigungsstufen: Bei allen diesen 8 Stufen befinden sich lediglich 2 Postulate auf dem Brett: Diejenigen des Überwältigers. Sein SD-Postulat ist noch immer dort, wo er sich befindet. Sein PD-Postulat ist nun vollständig auf der Seite des Verlierers (, der davon überzeugt ist). Das SD-Postulat des Verlierers ist jetzt vom Brett gefallen; zusammen mit dem PD-Postulat des Ver-</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>Both the SD and PD postulates of the vanquished are thus off the board (out of play) at the point of overwhelm. Where have they gone to? They are in failure: they are no longer considered tenable in that game. (The vanquished may resurge and play another game of this type later in time, but that game with that particular effect is lost in the opinion of the vanquished.)</p>	<p>lierers. Sowohl das SD- als auch das PD-Postulat des Verlierers sind zum Zeitpunkt der Überwältigung somit nicht mehr auf dem Brett (nicht mehr im Spiel). Wohin sind sie gegangen? Sie sind fehlgeschlagen; sie werden im Spiel als nicht mehr haltbar betrachtet. (Der Verlierer mag sich wieder erheben und ein anderes Spiel dieses Typs spielen, doch dieses Spiel mit dieser speziellen Wirkung ist – in der Meinung des Besiegten – verloren.)</p>
178.	<p>So in all 8 game levels on the chart there are 4 postulates on the board, while in all 8 overwhelm levels on the chart there are only 2 postulates on the board.</p>	<p>Bei allen 8 Spielstufen auf der Karte befinden sich also 4 Postulate auf dem Brett; bei den 8 Überwältigungsstufen hingegen befinden sich lediglich 2 Postulate darauf.</p>
179.	<p>In the overwhelm, the vanquished literally buys the PD postulate of the overwheeler. He considers this PD postulate as his own. Thus, in every overwhelm we see a misownership of postulate. It's entirely a matter of conviction. The overwhelmed is now convinced that 'this is the way things are'—and so misowns the PD postulate that overwheeled him. However, as soon as he spots the misownership the overwhelm vanishes, and his own postulates reappear. But until he misowns the postulate the overwhelm never occurred! See it? It's all a matter of conviction. It's very necessary, when working at the overwhelm levels of the chart, to be aware of this overwhelm and the misownership of the PD postulate. These levels don't come apart otherwise. Once the being has fully bought the PD postulate of his opponent in a life game, he now adopts it as his own SD postulate and moves to the next level upwards on the chart (towards 1A). In the exercises, however, once he frees the misownership at the overwhelm level he is able to move down (in the direction of 8B) to the next level of the chart, for these postulates are now once more available to him.</p>	<p>Bei der Überwältigung kauft der Verlierer wortwörtlich das PD-Postulat des Überwältigers. Er betrachtet dieses PD-Postulat als sein eigenes. Also können wir bei jeder Überwältigung eine falsche Eigentümerschaft von Postulaten feststellen. Es handelt sich ausschließlich um eine Überzeugungsangelegenheit. Der Überwältigte ist nun davon überzeugt, dass dies „die Art und Weise ist, wie die Dinge sind“ – und besitzt fälschlicherweise das PD-Postulat, das ihn überwältigt hat. Sobald er sich allerdings der falschen Eigentümerschaft bewusst wird, verschwindet die Überwältigung und seine eigenen Postulate tauchen wieder auf. Doch bis zum Zeitpunkt, da er das Postulat fälschlicherweise besitzt, hat nie eine Überwältigung stattgefunden! Sehen Sie das? Es ist alles eine Überzeugungsangelegenheit. Wenn Sie auf den Überwältigungsstufen der Karte arbeiten, ist es absolut notwendig, dass Sie sich dieser Überwältigung und der falschen Eigentümerschaft des PD-Postulats bewusst sind. Diese Stufen lösen sich sonst nicht auf. Wenn das Wesen in einem Lebensspiel das PD-Postulat seines Gegners einmal vollständig gekauft hat, übernimmt er es als sein eigenes und schreitet zur nächsten Stufe auf der Karte voran (in Richtung 1A). Bei den Übungen allerdings ist er in der Lage, zur nächsten Stufe auf der Karte zurückzuschreiten (in Richtung von 8B), wenn er sich einmal von der falschen Eigentümerschaft auf der Überwältigungsstufe befreit hat, denn diese Postulate stehen ihm nun wieder zur Verfügung.</p>
180.	<p>If you've been following this closely you'll have realized that at the overwhelm level we have the semblance of a no game situation, for there is no longer any conflict between the postulates; they are, indeed, complementary. (Every torturer knows that sufficient torture will render his victim 'compliant'.) This is also why a being cannot immediately be free of the entrapping influence of past games by adopting complementary postulates in all directions in his everyday life. All he will succeed in doing is throwing himself into his past overwhelps. This is why the edict 'Love thy neighbor as thyself' is so incredibly difficult for a being who is heavily enmeshed in games to apply with any great benefit. I'm not saying it's impossible, and is not a route out, but I am saying that, due to the overwhelm mechanism, it's incredibly difficult</p>	<p>Wenn Sie der Theorie bis hierher aufmerksam gefolgt sind, dann haben Sie festgestellt, dass wir bei der Überwältigungsstufe den Anschein einer Nicht-Spielesituation haben, denn es herrscht kein Konflikt mehr zwischen den Postulaten; sie ergänzen sich in der Tat. (Jeder Folterknecht weiß, dass ausreichend Folter seine Opfer [früher oder später] „gefügig“ machen wird.) Dies ist auch der Grund, warum ein Wesen nicht augenblicklich vom gefangenen nehmenden Einfluss vergangener Spiele frei werden kann, indem es in seinem täglichen Leben in alle Richtungen sich ergänzende Postulate annimmt. Alles, was es damit bewirkt, ist, dass es sich selbst in seine vergangenen Überwältigungen wirft. Dies ist der Grund, warum das Gebot „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“ für ein Wesen, das stark in Spiele verstrickt ist, so unglaublich schwer zu befolgen ist und damit kaum er-</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	<p>to apply across the boards and so attain Nirvana. Level Five gets over this difficulty by simulating the overwhelm, and thus freeing the being from it; by playing these games in exercise form he comes to grasp the true nature of the factors involved, and thus is no longer influenced by them. It also gives him a look at his own overt overwhelms—which is quite salutary.</p>	<p>folgreich sein kann. Ich sage nicht, dass es unmöglich und kein Weg hinaus sei, doch ich sage, dass es – auf Grund des Überwältigungsmechanismus – unglaublich schwer ist, es immer und überall zu befolgen und so Nirwana zu erreichen. Level Fünf überwindet diese Schwierigkeit, indem es die Überwältigung simuliert und so das Wesen davon befreit; indem man diese Spiele in Übungsform spielt, kommt es zu einem Verstehen der wahren Faktoren, die daran beteiligt sind und man wird so nicht mehr länger von ihnen beeinflusst. Auch erlaubt es einem, einen Blick auf seine eigenen Overt-Überwältigungen zu werfen – etwas, das ziemlich heilsam ist.</p>
181.	<p>We are now almost ready to embark upon Level Five. However, before we do so a word about RI. Level Five is by far the most destructive of past importances of all the Levels. Mental mass is vanished at a truly startling rate. One would expect this to be the case, and we must be prepared for it.</p>	<p>Wir sind nun beinahe soweit, um Level Fünf in Angriff zu nehmen. Allerdings, bevor wir dies tun, noch ein Wort zu RI. Level Fünf ist bei weitem der destruktivste aller Levels, was vergangene Wichtigkeiten angeht. Geistige Masse wird mit wirklich verblüffender Geschwindigkeit zum Verschwinden gebracht. Man würde erwarten, dass dem so ist, und wir müssen darauf vorbereitet sein.</p>
182.	<p>I can tell you right now that the only thing that will cause Level Five to grind to a shuddering and painful halt for you is insufficient RI. Indeed, your total progress on this Level is determined by how regularly you repair your importances with self-generated ones. Perceptual RI is just not good enough at Level Five; only creative RI will do the trick. So sort one out if you haven't already done so. If you've successfully completed Level Four one or other of the creative versions will now work for you.</p>	<p>Ich kann Ihnen jetzt schon sagen, dass das Einzige, das Level Fünf zum vollständigen und schmerzhaften Stillstand bringen wird, nicht ausreichendes RI sein wird. In der Tat hängt Ihr ganzer Fortschritt auf diesem Level davon ab, wie regelmäßig Sie Ihre Wichtigkeiten mit selbst erzeugten reparieren. Wahrnehmendes RI reicht auf Level Fünf einfach nicht mehr aus; nur schöpferisches wird das Kunststück vollbringen. Finden Sie also eine Reparaturübung, die für Sie geeignet ist, wenn Sie dies noch nicht getan haben sollten. Wenn Sie Level Vier erfolgreich zum Abschluss gebracht haben, dann wird eine der schöpferischen Versionen jetzt für Sie funktionieren.</p>
183.	<p>This matter is so vital that I'm going to give you, here and now, the details of the Level Five Repair Session. I don't have to be told that you'll fall flat on your face sooner or later on Level Five. So I'll tell you what to do when it happens. This is not me being pessimistic; it's me being realistic. I wouldn't expect any being to start feeling his way through these raw postulates without coming a cropper. You'll learn how to do it properly—but only after you've got your teeth kicked in a few times during the process of learning. This Level Five Repair Session will quickly get you back in one piece again, and fit to carry on.</p>	<p>Dies ist dermaßen lebenswichtig, dass ich Ihnen hier und jetzt die Details für die Level Fünf Reparatursitzung gebe. Niemand braucht mir zu sagen, dass Sie früher oder später auf Level Fünf auf die Nase fallen werden. Ich sage Ihnen also besser jetzt schon, was zu tun ist, wenn es passiert. Dies hat nichts damit zu tun, dass ich pessimistisch bin; dies hat damit zu tun, dass ich realistisch bin. Ich erwarte von keinem Wesen, dass es sich seinen Weg durch diese rohen Postulate bahnt, ohne auf dem Bauch zu landen. Sie werden lernen, wie man es richtig macht – aber erst, nachdem Sie während des Lernprozesses einige Male die Zähne eingeschlagen haben werden. Diese Level Fünf Reparatursitzung wird sie schnell wieder zusammenflicken und Sie in die Lage versetzen, fortzufahren.</p>
184.	<p>Level Five Repair Session:</p>	<p>Level Fünf Reparatursitzung:</p>
185.	<p>a) Stop doing Level Five exercises.</p>	<p>a) Hören Sie auf, Level Fünf Übungen zu machen.</p>
186.	<p>b) Run RI until no further change.</p>	<p>b) Laufen Sie RI, bis keine Veränderung mehr auftritt.</p>
187.	<p>c) Timebreak all mental mass in view. If it's not PT universe mass Timebreak it. Repeat b); then c). Continue to alternate b) and c) until all has quieted down, and there is no further change.</p>	<p>c) Zeitbrechen Sie jegliche geistige Masse in Sichtweite. Wenn es sich nicht um Masse des PT-Universums handelt, zeitbrechen Sie sie. Wiederholen Sie b), dann c). Fahren Sie damit fort, zwischen b) und c) hin und</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

		herzuwechseln, bis sich alles gelegt hat und keine Veränderung mehr auftritt.
188.	d) Return to Level Five.	d) Kehren Sie zu Level Fünf zurück.
189.	This repair will always work for you. The trick is to use it before you have to. It's like eating 'All-Bran' for breakfast; if you eat it you never have to eat it.	Die Reparatur wird immer für Sie funktionieren. Der Trick besteht darin, sie zu verwenden, bevor man sie braucht. Es ist, wie wenn man „All-Bran“ [ein Produkt aus Vollkornflakes, Früchten und Nüssen] zum Frühstück isst; wenn man es isst, dann braucht man es nie zu essen.
190.	The datum behind all this is: The only mistake on Level Five is to leave a level while it's still producing change. (Overrun is not harmful at Level Five, for the exercises are entirely creative.) But. And get this very clearly. If RI needs running you don't spot that the level is still producing change. And so you leave it. Bingo! Very soon it all collapses round you, and you are wishing that mum had given birth to anyone but you. So when it all falls apart you just know you've left a level before you should have done. After you've done the repair you go back and find the incomplete level. (It will stand out like a third ball on a greyhound). Then you run it fully. Then you move on. Until the next time it happens. But you're learning all the time. Eventually you don't make this mistake. And then Level Five runs like a well-oiled dream.	Dies basiert auf folgender Grundlage: Der einzige Fehler auf Level Fünf besteht darin, eine Stufe zu verlassen, wenn sie noch immer Veränderung hervorbringt. (Überlaufen ist auf Level Fünf nicht schädlich, da die Übungen vollständig schöpferisch sind.) Mit folgender Einschränkung: Und verstehen Sie das ganz klar. Wenn RI gelaufen werden muss, dann bemerken Sie nicht, dass die Stufe noch immer Veränderung hervorbringt. Und so verlassen Sie sie. Bingo! Schon sehr bald bricht alles um Sie herum zusammen, und Sie werden sich wünschen, dass Ihre Mutter jemand anderem das Leben geschenkt hätte. Wenn also alles auseinander fällt, dann nehmen Sie einfach zur Kenntnis, dass Sie eine Stufe verlassen haben, bevor Sie dies hätten tun sollen. Nachdem Sie die Reparatur gemacht haben, gehen Sie zurück, und finden Sie die unvollständige Stufe. (Sie wird herausstechen wie ein bunter Hund.) Dann laufen Sie die Stufe vollständig. Bis zum nächsten Mal, wo es wieder passiert. Schließlich werden Sie diesen Fehler nicht mehr begehen. Und dann läuft Level Fünf wie eine gut geölte Maschine.
191.	So help me, there aren't any other snags on Level Five. Just keep your importances topped up, Time-break as you go, and you'll win all the way. It's very easy to get terribly significant about Level Five—simple because you've got deep significances flashing around you all the time, and it's too darned simple to reach out and grab one. (Old Mosman proverb: 'He who grab at passing significances is running scarcity of them; he should run RI.')	Ich versichere Ihnen, dass es auf Level Fünf keine weiteren Haken gibt. Sorgen Sie einfach dafür, dass Ihre Wichtigkeiten aufgestockt sind, zeitbrechen Sie, während sie voranschreiten, und sie werden den ganzen Weg gewinnen. Es ist sehr leicht, schrecklich viel Bedeutung in Level Fünf hineinzulegen – einfach deshalb, weil die ganze Zeit tieferschürfende Bedeutungen um Sie herum fliegen, und es ist schrecklich einfach, hinauszugreifen und eine zu schnappen. (Ein altes Mosmanisches [Dennis H. Stephens lebte in Mosman, New South Wales, Australien] Sprichwort lautet: „Wer an vorüberziehenden Bedeutungen festhält, leidet Mangel an ihnen und sollte RI laufen.“)
192.	We now need to take up the sense, or meaning, of the word 'must' on the chart. With one exception the meaning is 'got to'; it's a striving to make the postulate effective. The only exception is at the overwhelm levels. At the point of overwhelm 'must' means to the being overwhelmed 'cannot help but'; it echoes the failure of his postulate in the game. So keep this in mind as you work through the levels.	Wir müssen uns jetzt mit der Bedeutung des Wortes „muss“ – so wie es auf der Karte verwendet wird – befassen. Mit einer einzigen Ausnahme bedeutet es: „zu haben“ [wie zum Beispiel in: „Ich habe es zu wissen.“]; es ist ein Bestreben, das Postulat wirksam zu machen. Die einzige Ausnahme ist bei den Überwältigungsstufen. Dort bedeutet es für das überwältigte Wesen „nicht anders können als; keine andere Wahl haben als“. Es widerspiegelt den Fehlschlag seines eigenen Postulats im Spiel. Halten sie diese Definitionen vor Augen, während Sie sich durch die Levels hindurcharbeiten.

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

193.	<p>Now we come to the question of what effect do we use when running Level Five? We don't. We don't put up effects at Level Five. We only Timebreak effects at Level Five. At Level Five we only put up postulates. The mind throws up the effects, which we Timebreak. In this way we guarantee that we take the mind apart in the exact manner that it is available.</p>	<p>Wir kommen jetzt zur Frage, was für Wirkungen wir verwenden, wenn wir Level Fünf laufen. Wir verwenden keine. Wir stellen keine Wirkungen hin auf Level Fünf. Wir zeitbrechen nur Wirkungen bei Level Fünf. Bei Level Fünf stellen wir nur Postulate hin. Der Verstand liefert die Wirkungen dazu, die wir dann zeitbrechen. Auf diese Weise stellen wir sicher, dass wir den Verstand genau in der Reihenfolge auseinandernehmen, in der er verfügbar ist.</p>
194.	<p>At Level Four you experienced the phenomena of taking bits from here and bits from there off your time track while using the 8 classes of overwhelm; well, at Level Five you will see the same phenomena occurring. The mind comes apart easiest in the sequence that it is available. This is not necessarily in its temporal sequence. There is no reason why it should come apart in a temporal sequence. Trying to make it do so is merely trying to fit the mind into someone's preconceived idea of how it ought to come apart. It's one of these pieces of fiction that was dreamed up one day by a psychologist who'd never got closer to a mind than observing his guinea-pigs in their cages. Because man is such a slave to time it seemed reasonable, and everyone has been going along with the idea ever since.</p>	<p>Während Sie auf Level Vier mit 8 Stufen der Überwältigung gearbeitet haben, haben Sie das Phänomen erlebt, dass Sie Teile von hier und Teile dort von der Zeitspur genommen haben. Nun, auf Level Fünf, werden Sie dasselbe Phänomen erleben. Der Verstand löst sich am einfachsten in der Reihenfolge auf, wie er verfügbar ist. Und dies ist nicht zwingend in zeitlicher Reihenfolge. Es gibt keinen Grund, warum er sich in zeitlicher Reihenfolge auflösen sollte. Dies trotzdem zu versuchen, würde lediglich bedeuten, den Verstand in jemandes vorgefasste Meinung zu pressen, wie er sich auflösen sollte. Dass es so sein sollte, gehört ins Reich der Fiktion, das irgendwann von einem Psychologen ausgedacht wurde, der einem Verstand nie näher kam als seinen Meer-schweinchen, die er in ihrem Käfig beobachtete. Da der Mensch in solchem Ausmaß ein Sklave der Zeit ist, schien es vernünftig, und alle sind seit da an diesem Muster gefolgt.</p>
195.	<p>But it just won't do if you ever hope to get your mind apart cleanly and efficiently. You just have to take it apart in the sequence that it available. You just put up the postulates, Timebreak everything that shows up, then, when putting up the postulates produces no more change, you move on to the next level. It's as simple as that. In fact it's so simple that you'll have to resist the urge to make it more complicated.</p>	<p>Doch es wird einfach nicht funktionieren, wenn Sie jemals beabsichtigen, den Verstand sauber und effizient auseinanderzunehmen. Sie müssen ihn einfach in der Reihenfolge auseinandernehmen, wie er verfügbar ist. Sie stellen einfach die Postulate hin, zeitbrechen alles, das auftaucht, und dann – wenn das Hinstellen der Postulate keine Veränderung mehr hervorbringt – gehen Sie weiter zur nächsten Stufe. Tatsächlich ist es dermaßen einfach, dass Sie dem Drang, es komplizierter zu machen, widerstehen müssen.</p>
196.	<p>When putting up these postulates don't be miserly. There's no shortage of them, you know. Churn out as many of them as you need. If they fade out, then create some more. Abundance is of the essence. Put them where you like. Just make sure you keep the 'self' postulates separated from the 'others' postulates that is all.</p>	<p>Seien Sie nicht kleinlich, wenn Sie diese Postulate hinstellen; es herrscht kein Mangel an ihnen. Stoßen Sie so viele aus, wie Sie brauchen. Wenn Sie erblassen, erschaffen Sie neue. Das Wesentliche daran ist die Menge. Stellen Sie sie dorthin, wo Sie wollen. Stellen Sie einfach sicher, dass Sie die „Selbst“-Postulate [SD-Postulate] von den „Anderen“-Postulaten [PD-Postulaten] getrennt halten.</p>
197.	<p>Early on you'll find that as one level goes null you find yourself 'sliding' into the next level on the chart. Later this stops, and you have to do it all yourself. This, again, is as it should be.</p>	<p>Zu Beginn werden Sie feststellen, dass Sie die Tendenz haben, in die nächste Stufe auf der Karte „hineinzuschlittern“, wenn eine Stufe dabei ist, null zu werden. Später wird dies nicht mehr der Fall sein, und Sie müssen es selbst tun. Auch dies ist so, wie es sein sollte.</p>
198.	<p>One final point. As you move from level 4B to 5A, and from level 8B to 1A, you will feel a definite 'flip'. This is the valence shift that exists between these levels. Early on it can be quite startling. Later you just note it</p>	<p>Ein letzter Punkt: Wenn Sie von Stufe 4B zu 5A und von Stufe 8B zu 1A voranschreiten, werden sie einen eindeutigen „Ruck“ bemerken. Dies ist der Valenzwechsel, der zwischen diesen Stufen vorhanden ist. Zu Beginn mag es</p>

TROM – The Resolution of Mind – Chapter 2

	in passing.	ziemlich verblüffend sein. Später werden sie es einfach im Vorbeigehen zur Kenntnis nehmen.
199.	Don't try and rush things at Level Five. There's always an urge to race round and round the levels—rather like writing faster and faster so as to finish off before your pen runs out of ink. Resist this urge. Null each level as you go. One of the signs of overrun of a level is boredom; it's a sure sign that it's time you move on. You'll soon learn to strike that happy medium of leaving a level as soon as it goes null. Always run RI between levels. If a level is still live at session end, then pick up that same level again next session. Start your sessions with plenty of RI, then Timebreak out the day's happenings, and off you go.	Versuchen Sie nicht, die Dinge auf Level Fünf zu überstürzen. Es gibt immer einen Drang, von Stufe zu Stufe zu rennen – fast genauso wie es einen Drang zu geben scheint, immer schneller zu schreiben, um fertig zu sein, bevor die Tinte ausgeht. Widerstehen Sie diesem Drang. Nullen Sie jede Stufe, während Sie an ihr arbeiten. Eines der Anzeichen eines Überlaufens einer Stufe ist Langleweiligkeit; sie ist ein sicheres Zeichen dafür, dass es an der Zeit ist, weiterzugehen. Sie werden bald den angemessenen Zeitpunkt finden, die Stufe zu verlassen, wenn sie null wird. Laufen Sie stets RI zwischen den Stufen. Wenn eine Stufe am Ende einer Sitzung noch immer lebendig ist [noch immer Veränderung hervorbringt], dann nehmen Sie dieselbe Stufe bei der nächsten Sitzung wieder auf. Beginnen Sie Ihre Sitzungen mit einer Menge RI, zeitbrechen Sie anschließend die Ereignisse des Tages und los geht's.
200.	You'll find quite a number of incidents that showed up at Level Three and Level Four showing up again at Level Five. You're just taking more off them, that's all. You'll continue to do so until you've got the lot. Then they'll Timebreak out completely and you'll never have them cropping up again. (These are the 'stickers' I mentioned back at Level Three.) Indeed, very soon you'll probably never even think of them again. They'll have no more significance to you than the number of the bus ticket that you casually glanced at that wet Wednesday night back in 1962.	Sie werden einer Menge an Geschehnissen wieder begegnen, denen Sie bereits auf Level Drei und Vier begegnet sind. Alles was geschieht, ist, dass sie mehr von ihnen auflösen. Fahren Sie fort damit, bis Sie den Großteil erledigt haben. Dann werden sie sich vollständig zeitbrechen lassen, und sie werden nie mehr auftauchen. (Dies sind die „Hänger“, die ich an früherer Stelle erwähnt habe.) Tatsächlich werden Sie schon bald nicht einmal mehr an sie denken. Sie haben für Sie keine tiefere Bedeutung mehr als die Nummer des Bustickets, auf das Sie an jenem feuchten Mittwochabend 1962 einen zufälligen Blick geworfen haben.
201.	Just keep going round and round that chart, level by level, Timebreaking as you go, and running plenty of RI, and you'll make it to Nirvana. Remember: There's no place to go after Level Five. There's no Level Six. And don't get sidetracked into playing around with other goals. 'To know' is the granddaddy of them all. All the roads lead back to the goal 'To know'. So stay on that one from beginning to end; and you get there fastest. (It took me a year of research to discover this truth, and there's no need for you to waste time.)	Arbeiten Sie sich einfach immer wieder durch diese Liste hindurch, Stufe für Stufe, zeitbrechen Sie fortwährend, laufen Sie mengenweise RI, und Sie schaffen es zum Nirwana. Erinnern Sie sich daran: Nach Level Fünf gibt es keinen Ort mehr, an den Sie gehen können. Es gibt keinen Level Sechs. Und lassen Sie sich nicht ablenken, indem Sie mit anderen Zielen herumzuspielen beginnen. „Wissen“ ist der Großvater aller Ziele. Bleiben Sie also bei diesem vom Anfang bis zum Ende, und Sie werden am schnellsten ans Ziel gelangen. (Es kostete mich eine Jahr Forschungsarbeit, um diese Wahrheit zu entdecken, und es ist nicht nötig, dass Sie Zeit verschwenden.)
202.	And now, a final word about these practical exercises. Don't become an exercise-fanatic. You won't get there any faster by making a hermit out of yourself in your urge to get there. Live your life too. Just fit your exercises into your normal life; that is always the best way.	Noch ein letztes Wort zu diesen praktischen Übungen: Werden Sie nicht zum Fanatiker. Sie werden nicht früher ans Ziel gelangen, indem Sie in Ihrem Bestreben danach ein Eremit werden. Leben Sie auch Ihr Leben. Passen Sie Ihre Übungen einfach ins tägliche Leben ein; das ist immer der beste Weg.
203.	Good Luck.	Auf gutes Gelingen.
204.	Dennis H. Stephens, Mosman NSW Australia, February 1978.	Dennis H. Stephens, Mosman, New South Wales, Australien, Februar 1978.

