

4.9. Die vier Aufmerksamkeiten

Die vier Aufmerksamkeiten zu verstehen ist sehr hilfreich, wenn wir die verschiedenen Bewusstseinsbereiche oder -stadien noch besser begreifen möchten, aber auch, weil wir uns dann leichter darin zurechtfinden.

In seinen Büchern behandelt Carlos Castaneda vor allem die Aufteilung unserer Wahrnehmung in die erste und zweite Aufmerksamkeit; dies spiegelt die Teilung des Bewusstseins in einer dualen Welt wider mit den grundlegenden, sich ergänzenden Gegensätzen in Form des Tonals und des Naguals, des Bekannten und des Unbekannten, des Manifesten und des Unmanifesten. Wir sprechen hier in Begriffen der Tolteken. Wenn wir einen Blick in die Anfänge der Psychoanalyse werfen, dann sehen wir, dass Sigmund Freud am Anfang seiner Erforschung der menschlichen Psyche von ebendieser Dualität sprach; er benutzte die Worte „das Bewusste“ und „das Unbewusste“. Ein wesentlicher Teil der psychoanalytischen Arbeit bestand und besteht noch immer darin, „das, was unbewusst ist, bewusst zu machen“.²⁰⁷

²⁰⁷ Freud fügte diesen beiden Instanzen schon bald den Begriff des „Vorbewussten“ hinzu; später formulierte er vor allem mit Hilfe der Traumdeutung die Strukturhypothese der Psychoanalyse, die in eine Topographie des Bewusstseins mit den Instanzen Es, Ich und Über-Ich mündete. Das ist hier zwar nicht Thema, aber ein interessanter Aspekt dessen liegt in der Entwicklung, die im Prinzip aus einer energetischen, traumkörperorientierten Sicht des Menschen zu einer psychologischen Sicht führte. Freud kannte den Ausdruck „Traumkörper“ vermutlich nicht und würde meinem Kommentar vermutlich nicht ohne weiteres zustimmen, aber wenn man seine frühen Schriften liest, wird deutlich, dass er noch sehr auf ein energetisches, feinstoffliches Unbewusstes bezogen war, das dem ähnelte, was wir als „innere Seele“ oder Traumkörper ansehen.

Dass Freud sich auf magische und alchemistische Konzepte bei seiner analytischen Traumforschung stützte, ist wohl wenigen bekannt: „Indem er gegen jene Auffassungen der Neurophysiologen opponierte, die im Traum nur eine ‚zerbröckelte Hirntätigkeit‘ erblicken wollten, und im Gegenzug apodiktisch behauptete, dass der Traum einen ‚Sinn‘ habe, ein ‚sinnvolles Gebilde‘ sei, berief er sich *ausdrücklich* auf die antike Weissage- und Deutungskunst. Dass diese Deutungskunst gerade in der naturphilosophischen Begründung der aufblühenden Naturforschung im Gefolge der Renaissance, namentlich in Magie, Alchemie und Astrologie, eine zentrale Rolle spielte, wird von Freud nicht eigens

Die erste Aufmerksamkeit richtet sich auf konkrete „Fakten“ der physischen Welt; man könnte sie auch „wissenschaftlich“ nennen, weil sie Fakten beobachtet, Objekte, seien sie physisch, physikalisch oder psychisch. Sie ist die Aufmerksamkeit, die im Tonal waltet. Allerdings sollte man sich davor hüten zu glauben, das Sehen mit den physischen Augen sei ein objektives. „Wir lernen, über alles nachzudenken, und dann üben wir unsere Augen darin, die Dinge so zu sehen, wie wir über sie denken.“²⁰⁸ Jede menschliche Erkenntnis – das haben heute sogar Psychophysiker zeigen können – wird im Bewusstsein zusammengesetzt und weil es nichts anderes gibt als Bewusstsein, ist jede Wahrnehmung ein Bewusstseinskorrelat, das mit einer persönlichen Geschichte versehen wurde. Wenn wir das Tonal wahrnehmen, ist es vornehmlich unsere Ich-Welt, die wir wahrnehmen. Deshalb sieht jeder Mensch etwas anderes, wenn ein und dieselbe Szene betrachtet wird. Und deshalb ist unsere Weltbeschreibung nur eine von vielen möglichen Beschreibungen. „Es dämmert jetzt vielleicht in fünf, sechs Köpfen, dass Physik auch nur eine Welt-Auslegung und -Zurechtlegung und nicht eine Welt-Erklärung ist.“²⁰⁹ Dasselbe gilt natürlich auch für Psychologie und Medizin.

Das Tonal ist in der Weltsicht der Tolteken (und unter anderem Namen auch in der Weltsicht der Alchemisten, Astrologinnen, *Tan-*

erwähnt. Sie ist freilich eine unstrittige historische Tatsache. Der Weg der Freudschen Deutungsarbeit lässt sich auf die Formel bringen: aus dem manifesten Trauminhalt die latenten Traumgedanken erschließen. Dieser Prozess der Entschlüsselung bedeutet bei Freud das Lesen einer Botschaft, die der verborgenen Natur im Subjekt entspringt – dem Unbewussten. Dieses kann sich in unverständlichen, geheimen Botschaften äußern, in Fehlleistungen, Traum und Neurose – sozusagen durch Signaturen, die als Ausdruck des Seelenlebens zu verstehen sind. (...) Auch wenn Freud immer darauf achtete, zu konkreten Inhalten und Symbolen von Alchemie und Magie Abstand zu wahren, weist sein Werk doch gewisse Berührungspunkte zu der betreffenden Tradition auf. Am deutlichsten wird das verborgene alchemistische Erbe Freuds in seinem Schlüsselbegriff der Sublimierung. (...) Sublimierung – in der Fachliteratur auch *sublimatio* oder ‚Erhebung‘ genannt – betrifft in der Alchemie einen Vorgang der Verfeinerung und der Gestaltverwandlung.“ Quelle: <https://www.aerzteblatt.de/archiv/52417/Zum-150-Geburtstag-von-Sigmund-Freud-Auf-den-Spuren-der-Romantik-Magie-und-Alchemie>; Zugriff vom 21.01.2023.

²⁰⁸ Don Juan in Carlos Castaneda: „Eine andere Wirklichkeit“, Frankfurt 1975; Seite 71.

²⁰⁹ Friedrich Nietzsche: „Werke III“, Hrsg. Karl Schlechta, Frankfurt 1969, S. 24.

trikas und Tiefenpsychologinnen) nicht nur der Organisator der Welt, sondern auch der Schöpfer der Weltbeschreibung sowie die Beschreibung selbst. Das toltekische Wort „tonalli“ bedeutet „sich zeigen, sichtbar sein, erscheinen“. Das ist das, was wir mit der ersten Aufmerksamkeit wahrnehmen. Die erste Aufmerksamkeit entspricht unserem Wachbewusstsein.

Unter den ungefähr 70 Wörtern, die das Sanskrit für den Begriff „sich zeigen, erscheinen“ hat, ist ein besonders treffendes: „*prati-dṛś*“. Wörtlich übersetzt heißt es „in Richtung auf etwas sehen“ oder „gegen etwas sehen“, im Sinne von „auf etwas projizieren“. Daneben gibt es eine Menge Ausdrücke, die übersetzt so etwas wie „im Bewusstsein auftauchen“ heißen. Wenn man auf die Etymologie der Sprache schaut, eröffnet sich das Wissen, dass die Objekte tatsächlich nicht objektiv sind. Dass wir alle unsere eigene „objektive“ Welt für uns persönlich zusammensetzen, teilt sich mit.

Die erste Aufmerksamkeit richtet sich auf konkrete
„Fakten“ der physischen Welt.

Das Tonal ist nicht nur der Organisator der Welt,
sondern auch der Schöpfer der Weltbeschreibung
sowie die Beschreibung selbst.

Die erste Wahrnehmung scheint durch die physischen
Sinne gegeben zu sein, ist aber eigentlich eine Welt-
Auslegung und -Zurechtlegung, die auf unseren eigenen
Projektionen beruht.

Die zweite Aufmerksamkeit ist die Bezeichnung für die Wahrnehmung, die mit dem Traumkörper möglich ist. Sie sieht durch die Oberfläche der Erscheinungen „hindurch“ – sie ist sich durch sie hindurch gewahr, müsste man eigentlich sagen, denn es geht bei-leibe nicht um ein Sehen mit den Augen. Vielmehr ist das „Sehen“, das hier stattfindet, ein empfindendes, vielleicht ein fühlendes, und manchmal ein hörendes.

Nach Don Juan sei sich die zweite Aufmerksamkeit des Naguals gewahr. Dass ich damit nicht übereinstimme, geht hinlänglich aus den vorangegangenen Kapiteln hervor. Nach meiner Erfahrung ist die „linke Seite der Welt“, wie Don Juan auch in dualistischem Vergleich mit dem Tonal vom Nagual spricht, nicht das ganze Nagual. Die SCHAMANISCHE ALCHEMIE unterscheidet zwischen dem Bekannten (dem Tonal), dem Verborgenen, dem Unbekannten und dem Unkennbaren, wo Don Juan lediglich dem Bekannten das Unbekannte gegenüberstellt. Doch das, was in unserem Verborgenen Ich darauf wartet, entdeckt zu werden, ist zwar zunächst unbekannt – bis es bekannt ist. Das Nagual als Unkennbares kann aber nicht wie das Unbewusste bei Freud einfach so „bewusst“ werden. Es wird immer ein Mysterium bleiben, das nur erfahren, aber nicht verstanden werden kann. Die zweite Aufmerksamkeit ist eine Gabe des Zwischenreichs, des zweiten Rings der Macht; dieser wird vom Nagual gespeist, aber er ist nicht mit ihm identisch. Ich sehe die zweite Aufmerksamkeit im Zusammenhang mit dem Traumkörper und daher bezogen auf das Verborgene, auf jenes Reich, das die gesamte Tonal-Welt erschafft und gestaltet. Natürlich ruht der Traumkörper im „Jenseits“ und ist daher in Traumzeit und Nagual eingebettet. Insofern ist die zweite Aufmerksamkeit auch eine Annäherung an das Nagual, aber sie kann das Nagual nicht erfassen.

Das Gewährsein der zweiten Aufmerksamkeit ist das Gewährsein des Verborgenen, wenn wir mit dem scheinbar unendlichen Ozean des Bewusstseinskörpers in Berührung kommen. Die Magie, die uns mit Hilfe der zweiten Aufmerksamkeit begegnet, führt schließlich in einen Bereich unbeschreiblicher Mysterien, der kaum in Worte zu fassen ist. Wenn wir ihn irgendwann ganz durchdringen, nehmen wir mit unserem gesamten Wesen wahr. Dieser Bereich unserer Ursprungs-Seele wird nicht vom Verstand beeinträchtigt.

Obwohl das Gewährsein des Verborgenen (so wie auch das des Unbekannten und des Unkennbaren) ursprünglicher ist – in dem Sinn, dass es schon vor unserer Geburt vorhanden war –, sprechen wir von der *zweiten* Aufmerksamkeit und nennen die, die auf das