

Die Inseln der Wahrnehmung

Eppur si muove¹

Für Menschen aus früheren Zeiten war die Erde der Mittelpunkt des Universums und Sonne und Mond umkreisten sie. Dies war lange Zeit die feste Überzeugung des Menschen und ein Blick zum Himmel schien diese „Wahrheit“ zu bestätigen. Sonne und Mond bewegten sich doch ganz offensichtlich und umkreisten die Erde.

Auch heute leben wir in Überzeugungen, für die wir nicht weniger Beweise haben, als die Menschen damals, die sahen, wie der Mond und die Sonne die Erde umkreisen. Doch keine Überzeugung, keine Theorie ist von ewigem Bestand. Irgendwann stimmen die Beobachtungen und Erfahrungen nicht mehr mit den bisherigen Überzeugungen überein. Zu Beginn einer solchen Zeit des Umbruchs gelten solche Beobachtungen und Erfahrungen, die nicht mehr in das bisherige Weltbild passen als abnorm und die einzelnen Menschen, die solche Erfahrungen machen, als wirr oder verrückt. Erst sehr viel später, wenn immer mehr Menschen die Dinge sehen, die bisher nur einige wenige sahen und die Wissenschaft neue Beweise für eine andere „neue“ Wirklichkeit vorstellt, ist es langsam Zeit für ein neues Weltbild. Wieder wird es vermutlich ein Bild sein und somit eine Vorstellung.

Dass Menschen früher glaubten, die Erde sei eine Scheibe und träte man nur über den Rand, würde man herunterfallen, war Teil des damaligen Weltbildes, des damaligen Paradigma. Heute schmunzeln wir vielleicht darüber, wissen wir doch, dass wir zumindest das Herunterfallen von der Erde nicht zu fürchten brauchen. Aber wie sieht es mit unserem heutigen Paradigma aus? Und vergessen wir bei der Beantwortung dieser Frage nicht, dass jedes Paradigma nur eine Modellvorstellung der eigentlichen Wirklichkeit ist. Auch heute neigen wir Menschen dazu, ein Paradigma als *die* Wirklichkeit anzusehen. Wir sind überzeugt davon, Recht zu haben mit dem, was wir für wahr halten und es braucht Zeit, bis immer mehr Menschen erkennen, dass die Dinge anders sind, als bisher angenommen. Solch eine starke Erschütterung, in dem was die Menschen bislang glaubten, gab es Anfang des 20. Jahrhunderts als das newtonsche Weltbild durch die Erkenntnisse Albert Einsteins gehörig ins Wanken geriet. Andere Wissenschaftler und Forscher nach ihm haben seither noch viel Unglaublicheres zu Tage gefördert und weitere alte Überzeugungen sind in sich zusammengebrochen.

Vieles von dem, was die Wissenschaft heute beobachtet, kann sie nicht erklären, sondern steht selbst ratlos vor den beobachteten Phänomenen und dies ist vielleicht ein Grund, weshalb bislang so wenig davon in den Köpfen (und Herzen) der Allgemeinheit angekommen ist. Vielleicht sind die Wissenschaftler vorsichtiger geworden Antworten zu geben, da sie allzu oft erkennen mussten, dass sie nicht tief genug geschaut hatten und die Dinge anders sind, als sie kurzzeitig glaubten und sie wieder einmal zu vorschnell mit ihren Antworten waren. Vielleicht braucht es auch

¹ „Eppur si muove - und sie bewegt sich doch!“ Dieser Ausspruch Galileo Galileis ist zwar geschichtlich nicht gesichert, er soll laut Überlieferung diesen Satz aber geflüstert haben, als er 1633 aus dem Gerichtssaal geführt wurde nach dem Prozess, in dem er seiner Lehre, dass die Erde um die Sonne kreist, abschwören sollte. Für diese Lehre wurde er mit lebenslangem Hausarrest bestraft.

einfach noch Zeit, bis sich neues Denken bis in die kleinsten Winkel unseres Lebens verteilt hat.

Eine Sichtweise gibt es heute noch, und sie hält sich hartnäckig, die hier Gegenstand unserer Betrachtung sein soll, und das ist die feste Überzeugung des Menschen mit seinen Sinnesapparaten wie Sehsinn, Gehör usw. das ihn Umgebende in vollem Umfang wahrzunehmen. Und das es außer Sicht- und Hörbaren, Riech- Schmeck- und Tastbaren nichts gibt.² So vollständig ist die Überzeugung, dass auch hier in diesem Fall, wie damals als Galileo Galilei erkannte, das sich die Erde um die Sonne dreht, eine andere Sichtweise als die etablierte als absurd gilt. Jede Wahrnehmung, die aus einem bestimmten Schema herausfällt und die anderes zeigt, als das, was alle anderen wahrnehmen und die herausragt aus der Übereinkunft der Menschen in der damaligen wie unserer heutigen Zeit, über das was wahr und real ist, gilt im besten Fall als Halluzination, als eingebildet und im schlimmsten Fall als pathologisch, als krank, als Ergebnis einer Sinnestäuschung und einer „falschen“ Wahrnehmung, als eine Fehlfunktion unseres Wahrnehmungsapparates.

Wahrnehmen mit unseren Sinnen

Dabei wissen wir doch eigentlich alle, dass alleine das Spektrum unserer Sinne in ihrer Wahrnehmungsbandbreite relativ eingeschränkt ist. Nehmen wir als Beispiel einmal unsere Ohren. Wir Menschen hören im einem Frequenzspektrum zwischen 16Hz und 20KHz, d.h. wir nehmen mit unserer Ohren Schwingungen wahr, die zwischen 16 mal in der Sekunde und 20.000 mal in der Sekunde oszillieren. Dieser Bereich ist unsere Hörfläche und dies auch nur, wenn wir noch recht jung sind. Wenn wir älter werden, nimmt die Fähigkeit unseres Hörsinns insbesondere im oberen Bereich ab und so kommt es dazu, dass jüngere Menschen, auch gerade Kinder, hohe Töne besser wahrnehmen, bzw. wir gewisse Töne einfach nicht mehr wahrnehmen. Und jedem leuchtet doch ein, dass dies durch unsere eingeschränkte Fähigkeit der Wahrnehmung bedingt ist. Dass wir diese Töne nicht mehr hören, heißt doch nicht, dass diese Töne nicht da wären. Sie sind da, nur jenseits unserer Wahrnehmungsfähigkeit. So gibt es Tiere, wie die Delfine zum Beispiel, die einen weitaus größeren Bereich der Wahrnehmung mit ihrem Hörsinn überstreichen. Sie „sprechen“ mit den auch für uns hörbaren Frequenzen miteinander, aber auch in einem Bereich, der weit darüber hinausreicht, im Ultraschallbereich ab ca. 20KHz bis 1GHz. Im Infraschallbereich, also unterhalb unserer Hörgrenze, im Bereich unter 16Hz, kommunizieren zum Beispiel die Wale miteinander, die ein wesentlich größeres Spektrum an Frequenzen über und unterhalb unseres Hörsinnes wahrnehmen können.

Mit unseren Augen ist es ähnlich. Auch hier sind es ja Schwingungen, die wir mit unseren Augen wahrnehmen, nur eben viel, viel schnellere Schwingungen. Das sichtbare Frequenzspektrum unserer Augen liegt zwischen 380 und 760nm, wobei ein nm einem Milliardstel eines Meters oder ein Millionstel eines Millimeters

² Im Allgemeinen gehen wir davon aus, dass unsere 5 Sinne uns ein vollständiges Abbild der Welt zeigen. Rein wissenschaftlich gesehen (dem alten Paradigma nach) gibt es keinen 6. Sinn, der die paranormalen Fähigkeiten (oder auch *Pseudowahrnehmungen*) wie Telepathie, Hellsehen, Präkognition benennen würde. Vereinzelt werden heute weitergehende Fähigkeiten der Tiere als 6. Sinn bezeichnet, wie z.B. die Fähigkeit der Wale das Magnetfeld der Erde wahrzunehmen.

entspricht. In diesem so unglaublich schnell schwingenden Bereich liegt die Wahrnehmung unserer Augen für alle Farben, wobei wir nur Rezeptoren für die Farben Rot, Grün und Blau haben, die so genannten Zapfen, und für Schwarz-Weiß-Kontraste, die so genannten Stäbchen. Mit diesen Rezeptoren bilden wir unsere Umwelt ab. Wir sehen all die Nuancierungen der Farben und bilden so unsere visuelle Wirklichkeit ab.

Schon wenn die Frequenz nur ein wenig niedriger ist, ab dem Bereich von 780nm, sprechen wir von Infrarotstrahlung und sind nicht mehr in der Lage das ausgesendete Licht einer Infrarotquelle, wie zum Beispiel der Fernbedienung unseres Fernsehers, wahrzunehmen. Am anderen Ende der Wahrnehmungsgrenze unseres Sehsinns liegt die ultraviolette Strahlung mit einer Wellenlänge von 10 bis 380nm. Auch hier gibt es einige Tiere, die Frequenzen über- und unterhalb unseres Frequenzspektrums wahrnehmen können. So zum Beispiel die Biene, die auch Wärmestrahlung im Infrarotbereich wahrnehmen kann und sich so in ihrer Welt zurechtfindet.

Jenseits unserer Sinne

Als Beispiel soll uns die Betrachtung dieser beiden Sinne reichen, um zu realisieren, das wir mit jedem unserer Sinne nur einen ganz bestimmten und relativ engen Bereich wahrnehmen können und das jeweils über- und unterhalb unserer Wahrnehmungsgrenze Bereiche liegen, die wir eben nicht wahrnehmen können, die aber dadurch nicht weniger real oder wirklich sind. Wir bekommen sie nur eben auf Grund der begrenzten Wahrnehmungsfähigkeit unseres Wahrnehmungsapparates nicht mit. Zwischen unseren Sinnen und jeweils unter und über ihrer physiologischen Wahrnehmungsgrenze liegen Ebenen, die sich uns erst unter zu Hilfenahme von technischem Gerät erschließen und auch hier zeigt sich, das wir mit fortschreitender Entwicklung dieser Apparate in immer mehr Bereiche vorstoßen, die uns bislang verschlossen waren und sich uns die Wirklichkeit erst so langsam Schritt für Schritt erschließt.

In Anbetracht der relativ kleinen Bandbreite der Wahrnehmungsfähigkeit unserer Sinne können wir von Inseln sprechen, die sich auf einem Meer der Wirklichkeit befinden. Selbst mit Hilfe unserer wissenschaftlichen Instrumente dringen wir ja in Bereiche vor, die so unendlich groß erscheinen, sei es im makroskopischen, im Reiche der Sterne und der Sonnensysteme unseres Universums, wie auch im mikroskopischen Bereich, im Reiche der aller kleinsten Teilchen, die sich mittlerweile der genauen Bestimmung widersetzen, ob sie denn jetzt Teilchen oder Welle sind. Überall sehen wir nur Inseln, die alle auf einem riesigen Meer der Wirklichkeit schwimmen. Und jedes Mal wieder halten wir daran fest, dass die Inseln unsere Wirklichkeit wären und nicht das Meer, auf dem sie schwimmen.

Es ist schon für sich genommen faszinierend, sich einmal vorzustellen, dass alles was uns umgibt und was wir wahrnehmen Schwingungen verschiedener Frequenzen sind. Selbst Materie, die uns so verlässlich greifbar und fest erscheint, erschließt sich dem Wissenschaftler heute als ein immenser Raum, in dem die Abstände zwischen den einzelnen Teilchen in Relation ungefähr so groß sind, wie die zwischen den Sternen und Planeten unseres Universums. In der Tat ist es vielmehr ein Raum,



innerhalb dessen es geringe Mengen schwingender Teilchen gibt, als das es sich um feste Stoffe handeln würde. Doch dies soll diesmal nicht Gegenstand unserer Betrachtung sein, sondern die Frage, was bleibt eigentlich übrig, wenn wir all das zusammennehmen, was unsere Sinne uns abzubilden in der Lage sind? Und darüber hinaus, wenn wir all das hinzunehmen, was wir nur mit fremder Hilfe, mit Messinstrumenten und sonstigem technischem Gerät wahrnehmen können? Wenn wir dies einmal alles zusammenfassen, so haben wir eine bestimmte Menge an „Realität“ und es wird immer noch etwas übrig bleiben, was sich uns für den Moment noch verschließt, weil wir keine Sinne, weil wir keine technische Möglichkeit dafür haben, es wahrzunehmen. Egal wie groß auch immer die Landmasse unserer Realität dann sein wird, so bin ich doch geneigt, anzunehmen, das es sich immer wieder nur um eine Insel handeln wird, die inmitten eines riesigen Meeres schwimmt. Die Zeiten in denen die Wissenschaft davon ausging, uns die letzten Geheimnisse des Universums in Bälde offenbaren zu können, ist lange schon vorbei und war nur ein (hoffentlich vorübergehender) Irrglaube eines in Größenwahn verfallenen Geistes. Heute ist die Wissenschaft weiter als jemals zuvor davon entfernt, zu erklären, was um uns herum eigentlich vor sich geht und was Leben eigentlich ist.

Keine Worte

Wenn wir uns jetzt einmal anschauen wollen, wie es sich mit unserer wahrgenommenen Realität und der eigentlichen Wirklichkeit verhält, so stoßen wir recht bald auf die Schwierigkeit, kein allgemeingültiges Begriffssystem für diese Betrachtung zu haben. Wir hantieren mit den Begriffen „Realität“ und „Wirklichkeit“ und müssen immer sehr bedacht sein, den jeweiligen Kontext zu benennen, in dem wir den Begriff dann gebrauchen. Außerhalb dieses Kontextes sind Realität und Wirklichkeit nur zwei Wörter, die ein und dasselbe benennen, was uns wieder zeigt, wie sehr wir Menschen der Idee verfallen sind, dass wir in der Lage wären, Wirklichkeit mit unserem Wahrnehmungsapparat abbilden zu können. Andere Begriffe sind dann auch erst einmal verwirrend und erscheinen uns paradox. Wie kann etwas jenseits unserer Realität Wirklichkeit sein? Das Wort „Tao“ zum Beispiel, aus der Lehre des Tao Te King von Lao Tse, der im 7. vorchristlichen Jahrhundert lebte, benennt das, was nicht benannt werden kann. Alles das, was jenseits des Benennbaren liegt, ist Tao und sowie wir ein Wort dafür gefunden haben, ist es nicht mehr Tao.

So heißt es in der Übersetzung von Richard Wilhelm³:

*„Der Sinn, der sich aussprechen lässt, ist nicht der ewige Sinn.
Der Name, der sich nennen lässt, ist nicht der ewige Name.“*

Oder in anderer Übersetzung von Stephen Mitchell⁴:

*„Das Tao, das mitgeteilt werden kann, ist nicht das ewige Tao.
Der Name, der genannt werden kann, ist nicht der ewige Name.“*

³ „Tao Te King – das Buch vom Weg des Lebens“ übersetzt von Richard Wilhelm, erschienen im Bastei Lübbe Verlag.

⁴ Tao Te King übersetzt von Stephen Mitchell, deutsch von Peter Kobbe, Arkana Goldmann Verlag



Und weiter heißt es dann:

"Nichtsein" nenne ich den Anfang von Himmel und Erde...

Oder in anderer Übersetzung:

„Das Unnennbare ist das ewig Wirkliche...“

Das rüttelt unser Verständnis von Realität und Wirklichkeit doch schon recht kräftig durcheinander. Wie kann das, was nicht benannt ist, die Wirklichkeit sein? Und warum verliert etwas, sobald wir es benennen können, den Charakter des „ewigen Sinns“ oder des „ewigen Namens“?

Neue Worte

Eine andere Begriffswelt eröffnet sich uns, wenn wir uns mit der schamanischen Sichtweise was Realität und Wirklichkeit angeht beschäftigen. Vielleicht hilft uns die Beschäftigung mit dieser Begriffswelt sogar, mit den eben gestellten Fragen ein wenig weiterzukommen. Immerhin hantieren die Schamanen dank ihrer Begriffswelt um Realität und Wirklichkeit schon sehr lange und recht souverän mit dieser Thematik.

Sie haben hierfür eine althergebrachte Terminologie. Sie haben Begriffe, die es ihnen erlauben, mit diesen für uns paradox erscheinenden Dingen umzugehen. Aus welchen Gründen auch immer hat innerhalb der verschiedenen schamanischen Kulturen dieses Wissen die Zeit überdauert. Damit will ich sagen: Ich bin überzeugt davon, dass auch wir einen leichteren Umgang mit diesen Dingen hatten, nur dass wir uns über die Zeit weit(er) davon entfernt haben. Wir haben ein Stück unserer Heimat, unseres eigentlichen „zu Hauses“, verkauft, für die Illusion, alles rational erklären zu können. Aber wir finden leicht wieder dahin zurück, wenn wir uns die Terminologie einer alten Kultur zu Hilfe nehmen.

Sicherlich gibt es auch in den verschiedenen schamanischen Kulturen Unterschiede in den verwendeten Begriffen und so ist die jetzt von mir hier vorgestellte Terminologie für Realität und Wirklichkeit auch nur eine von sicherlich vielen anderen. Über die Jahre meiner Beschäftigung mit dieser Lehre hat sie sich allerdings als recht umfangreich, als präzise und beständig herausgestellt und diente auch als Grundlage für andere Begriffssysteme, die sich daheraus entwickelt haben, wie zum Beispiel Begriffe aus der Prozessarbeit Arnold Mindells, zu denen ich im späteren noch kommen werde.

Das Begriffssystem von dem ich hier spreche geht zurück auf die Lehren eines Yaqui Schamanen mit Namen Don Juan Matus. Dieser Lehre bin ich schon recht früh in meinem Leben als junger Mann mit ungefähr 18 Jahren, durch die Bücher Carlos Castanedas begegnet. Zuerst fasziniert von den Einblicken in diese fremde und zauberische Welt, die sich mir mit den Erzählungen Carlos Castanedas offenbarten, verwandelte sich die anfängliche Faszination allmählich in die Erkenntnis, dass diese fremde und zauberische Welt in den Büchern genau die Welt meint und beschreibt, in der auch ich und wir alle leben. Carlos Castaneda erlebte diese Dinge nicht auf



irgendeinem fremden Planeten, sondern genau hier auf dieser Welt, auf der auch wir anderen alle leben. Über die Zeit ergaben sich dann auch immer mehr Parallelen zu Erlebnisberichten anderer Menschen und es gesellten sich bald eigene Erfahrungen hinzu, so dass es mir zusehends realer erschien und den Charakter einer Fiktion, einer Geschichte, die nur einer bunten Fantasie entspringt, verlor. Auf einmal wurden Dinge, die vorher unvorstellbar waren real. Nicht nur die Wirklichkeit in der Carlos Castaneda lebte veränderte sich über die Zeit, sondern auch meine Wirklichkeit wurde zusehends eine andere.

Die Insel – das Tonal

Wie eingangs erwähnt enthält diese schamanische Lehre Begriffe, die uns dieses Gebiet um Realität und Wirklichkeit ein wenig erläutern können. So wird die Vorstellung einer Insel, die unsere Realität darstellt und die inmitten eines Meeres der Wirklichkeit schwimmt als *Tonal* bezeichnet. Das Tonal ist all das, was wir sind, was wir benennen können und für das wir Begriffe haben.

So sagt Don Juan an einer Stelle zu Carlos Castaneda, als er ihm zum ersten Mal diese neue Begriffswelt erläutert⁵:

„Dies ist mein Tonal“, [...] und strich sich mit den Händen über die Brust. „Dein Anzug?“ „Nein, meine Person.“ Er klopfte sich auf die Brust, die Schenkel und die Rippen. „All dies ist mein Tonal.“

Wie neu und erst einmal unverständlich dies auch für Carlos Castaneda war, zeigt seine Idee, Don Juan würde seinen Anzug meinen.

In der weiteren Erklärung heißt es dann und deutet schon an, dass es sich um etwas viel weiter Tragendes handelt:

„Das Tonal ist die soziale Person. Das Tonal gilt, mit Recht, als ein Beschützer, ein Wächter – ein Wächter, der sich meistens in einen Wärter verwandelt.“

In diesen Worten schwingt auch schon mit, wie abhängig wir auf der einen Seite von unserer Fähigkeit sind, die Welt zu erklären und wie auf der anderen Seite dies leicht zu einem Gefängnis, zu einer Sackgasse, für uns werden kann, wenn wir nur noch das anerkennen und für die Realität halten, was in unsere Begriffswelt hineinpasst.

Und weiter erklärt Don Juan:

„Das Tonal ist der Organisator der Welt“, [...] „Vielleicht kann man seine gewaltige Arbeit am besten beschreiben, wenn man sagt, dass auf seinen Schultern die Aufgabe ruht, das Chaos der Welt zu ordnen. Im Augenblick zum Beispiel ist es dein Tonal, das versucht, unser Gespräch zu verstehen.“

⁵ Aus „Der Ring der Kraft“, der vierte Band der Lehre des Don Juan erschienen im Fischer Taschenbuch Verlag

Ohne dieses gäbe es nur komische Geräusche und Grimassen, und du würdest nichts von alledem verstehen, was ich sage.“

Das Tonal hilft uns, uns in der Welt zurechtzufinden. Es hilft uns sozusagen im tagtäglichen Verkehr des Lebens über die Straße zu kommen. Und wie sehr Don Juan mit seinen Worten der Lehre des Tao nahe kommt, zeigt sich in folgendem Abschnitt:

„Schau dich um! Alles, wofür wir Wörter haben, ist das Tonal. Das Tonal ist alles, was wir kennen“, wiederholte er langsam. „Und dies schließt nicht nur uns als Personen ein, sondern alles in unserer Welt. Man kann sagen, das Tonal ist alles, worauf unser Auge fällt. Bereits im Augenblick unserer Geburt beginnen wir es zu hegen und zu pflegen. In dem Moment, da wir den ersten Atemzug tun, atmen wir auch Kraft für das Tonal ein: Es trifft also zu, dass das Tonal eines Menschen eng mit seiner Geburt verbunden ist. Das Tonal beginnt mit der Geburt und endet mit dem Tod.“

Das Tonal ist also in diesem Kontext das, was wir wissen können, das was wir in der Lage sind mit unseren Sinnen und auch unter Zuhilfenahme von technischem Gerät wahrzunehmen. Das, was wir benennen können. Doch heißt dies, dass diese Insel die Wirklichkeit ist? Sie benennt nur einen Ausschnitt der Wirklichkeit und sobald wir es in ein Begriffssystem einpassen, verliert es seinen eigentlichen Charakter, nämlich mehr zu sein als die Summe seiner Teile.

Die Verwendung von Begriffen impliziert, wir wüssten, was es ist. Als wenn ein Begriff etwas vollständig umfassen könnte. Am Beispiel einer Landkarte wird deutlich, dass dies nicht so ist. So kann eine Landkarte noch so präzise sein und das beschriebene Gebiet äußerst detailreich wiedergeben, sie wird niemals das Gebiet, welches sie beschreibt, ersetzen können. Soviel mehr noch gehört dazu, sich in einem Landstrich zu befinden, das Geräusch der Brandung an den Felsen im Meer zu hören, die frisch aufkeimende Erde im Frühling zu riechen oder die urige Borke eines Baumes zu fühlen. Das wirkliche Sein in diesem Gebiet wirst du niemals umfassend beschreiben können. Du kannst dich dem nähern, und die Menschen aller Zeiten haben dies immer wieder getan, indem du Musik oder Poesie benutzt, um Gefühle jenseits von Begriffen zu vermitteln, und doch, es wird immer anders sein, wirklich dort zu sein. Eine Landkarte kann ein Gebiet niemals vollständig beschreiben. Der eigentliche Charakter von etwas liegt jenseits eines Begriffes und ist immer mehr als der Begriff selbst. Dies negiert nicht den Wert eines Begriffes, sondern relativiert nur seine Bedeutung. Ein Begriff hilft uns, uns in der Welt zurechtzufinden und gleichzeitig birgt er die Gefahr, dass wir ihn für die eigentliche Wirklichkeit nehmen.

Das Meer – das Nagual

Aber was ist denn jetzt die Wirklichkeit? Wie können wir uns jetzt das Meer vorstellen auf dem die Insel des Tonal schwimmt? Auch hier gibt es einen Begriff, den Don Juan Matus verwendet, um Carlos Castaneda das Thema der Realität und der Wirklichkeit zu erläutern. Das Wort *Nagual* benennt das Meer, wobei es hier viel schwieriger für uns ist, mit diesem Begriff zu hantieren, denn sobald wir etwas



benennen, ist es Tonal. Wenn dieser neue Begriff des Nagual' nun hinzukommt, heißt es also aufpassen, dass wir dies immer im Hinterkopf behalten. Sowie wir es benennen und ab dem Moment, wo es durch unser Benennen eine Gestalt bekommt, die es heraushebt aus einem Zustand des „Nichtseins“ (was nicht heißt, dass es vorher nicht war), ist es wieder Tonal.

Dieses hilflose sich umschauchen und suchen nach Halt, welches wir jetzt vielleicht empfinden, empfand auch Carlos Castaneda, als er Don Juan an einer Stelle fragte:

„Ist das Nagual das höchste Wesen? Ist das Nagual Gott?“

„Nein, Gott ist ein Gegenstand unseres persönlichen Tonal und des Tonal der Zeiten. Wie schon gesagt, das Tonal ist alles, woraus die Welt sich, wie wir glauben, zusammensetzt – einschließlich Gott, natürlich. Gott hat nicht mehr Bedeutung, als dass er ein Teil des Tonal unserer Zeit ist.“

Und hier zeigt sich, dass wir eigentlich jeden Begriff sehr präzise beschreiben müssen, da wir nicht einfach so davon ausgehen können, dass andere Menschen einen Begriff mit demselben Inhalt füllen. So fragt Carlos Castaneda:

„Für mich Don Juan, ist Gott alles. Sprechen wir überhaupt über dasselbe?“

„Nein. Gott ist nur all das, was du zu denken vermagst, daher ist er, genau genommen, nur einer unter den Gegenständen auf der Insel. Man kann Gott nicht willentlich erleben, man kann nur über ihn sprechen. Das Nagual hingegen steht dem Schamanen zu Gebot. Man kann es erleben, aber man kann nicht darüber sprechen.“

In unserer Kultur ist die Vorstellung, dass Gott alles ist, sehr nachvollziehbar. Das wir aber auch hier wieder den Begriff mit dem Gebiet verwechseln, wird spätestens dann deutlich, wenn wir uns mit Vertretern anderer Religionen unterhalten und feststellen, dass sie eine andere Vorstellung von Gott in sich tragen und diese vielleicht mit ebensolcher Vehemenz verteidigen, wie wir es im Christentum tun. Welches ist denn nun der „richtige“ Gott. Ist es der Gott der Christen oder der des Islam? Haben die Buddhisten Recht oder die Hindus? Seit Anbeginn der Zeit, seit dem wir Menschen mit Begriffen hantieren und dieser Verwechslung zwischen Begriff und Gebiet aufsitzen, streiten wir uns darüber, wer denn nun Recht hat. Wenn wir es wirklich ernst meinen würden mit dieser Vorstellung das Gott alles ist, müssten sämtliche anderen Begrifflichkeiten und Definitionen was Gott ist, ebenso von unserem Begriff umfasst werden. Der Streit würde sofort enden und wir würden erkennen, dass wir alle dasselbe meinen. Leider scheinen wir davon immer noch weit entfernt zu sein.

In diesem Kontext in dem Carlos Castaneda fragt, ist Gott ein Begriff und von daher Teil des Tonal, wie bei so vielen von uns. Sowie wir darüber sprechen und einen Begriff dafür verwenden, ist es Tonal. Die Antwort Don Juan's zeigt, wie schwer es ist, mit Worten das Nagual zu benennen:

„Man kann es erleben, aber man kann nicht darüber sprechen.“



Der Montagepunkt

Es gibt unterschiedliche Inseln der Wahrnehmung. So gibt es persönliche Inseln, die definiert werden durch unsere persönliche Wahrnehmungsfähigkeit und kollektive Inseln, die entweder eine Gruppe von Menschen miteinander teilen, oder ein Volk. Aber auch die gesamte Menschheit hat eine kollektive Insel, ein kollektives Tonal. Es gibt die Geschichte, in der die Bewohner der Südseeinseln an denen Christoph Columbus vorbeisegelte, die Schiffe seiner Flotte nicht sehen konnten, weil sie kein Begriffssystem, keine Abbildungsmechanismen für das Gebilde eines Schiffes hatten. Der Schamane dieses Volkes bemerkte eines Tages Wasserbewegungen und in der wiederholten Betrachtung und Untersuchung dieses Phänomens des sich bewegenden Wassers, „erschieden“ ihm plötzlich die Schiffe, und in dem er anderen Menschen seines Volkes davon erzählte, sahen es schließlich auch andere, bis schließlich die Schiffe Christoph Columbus' für sie nur allzu wirklich werden sollten. Es ist bekanntes Wissen aus der Wahrnehmungspsychologie, das wir Dinge nicht wahrnehmen, obwohl wir sie direkt vor unseren Augen haben, solange wir nicht eine Berührung, eine Auseinandersetzung mit ihnen erfahren. Dann plötzlich erscheinen sie wie aus dem nichts und bleiben fortan fester Bestandteil unserer Realität.

Wir alle durchlaufen solche Phasen in denen wir „lernen“, Dinge wahrzunehmen und sie auf bestimmte Art und Weise abzubilden. Zu Beginn unseres Lebens tragen wir noch ein Wissen jenseits von Worten und sind gewissermaßen Umgeben von einer Wolke des Nagual, bis wir anfangen die Welt so wahrzunehmen, wie es der Insel unseres kollektiven Tonal entspricht. In dem wir die Welt so abbilden und nicht anders, erfahren wir uns als Teil eines Kollektives, als Teil einer Gemeinschaft, die gleichermaßen Dinge wahrnimmt und sich gewissermaßen eine Art von Realität teilt. Damit wird deutlich, dass auch hier in der Betrachtung einer kollektiven Insel es sich nur um einen Ausschnitt der Wirklichkeit handelt. Wir teilen eine bestimmte Form von „Wirklichkeit“ und nennen dies unsere Realität.

Don Juan Matus schlägt vor, hierfür den Begriff des Montagepunktes zu verwenden, da er beschreibt, wie wir uns aus der unendlichen Vielzahl von Möglichkeiten der Wahrnehmung jenen bestimmten Teil herausuchen, den wir als unsere Wirklichkeit empfinden. Wir sind, um dieses Wort noch ein wenig mehr zu erläutern, als Menschen sozusagen auf einer Wahrnehmungsmöglichkeit montiert. Es handelt sich hier um das menschliche Wahrnehmungsband. Ein Band unter vielen anderen, welches wir als Menschheit verwenden und mit dem wir unsere Realität schaffen. Menschen die energetische Strukturen sehen können, d.h. Menschen, die mit ihrem Sehsinn über die im Kollektiv etablierte Wahrnehmungsinselform hinaus Dinge wahrnehmen können, die mit ihren Augen mehr sehen, als das allgemein gültige Spektrum, sehen hier energetische Fasern, die eine Bündelung erfahren und die dadurch unsere Form des sich in der Realität Befindens umgreifen. Alles das, was wir als unsere Realität erfahren, einschließlich der physikalischen Gesetzmäßigkeiten wie Schwerkraft und dergleichen, wird aus Sicht der Schamanen hier durch unseren Montagepunkt definiert.

Hier sind nun laut Aussage Don Juans für die Schamanen Bewegungen des Montagepunktes möglich, die sich noch innerhalb des menschlichen Energiefeldes befinden und die dennoch in Bereichen eine andere Wirklichkeit zusammensetzen, wie auch Bewegungen nach außerhalb des menschlichen Energiefeldes, welches



zur Zusammensetzung völlig anderer Wirklichkeiten führt, für die wir Menschen keine Worte haben. Im ersteren Fall aktiviert dies je nach Position des Montagepunktes ganz normale weiterführende (Wahrnehmungs-) Fähigkeiten des Menschen, wie Aurasehen, Fernwahrnehmung usw. bis hin zu anderen noch schwerer vorstellbaren Fähigkeiten wie Levitation und Teleportation⁶. Die Vorstellung, durch die Position des Montagepunktes Welten zusammenzusetzen, die nach anderen Gesetzmäßigkeiten aufgebaut sind, korreliert am ehesten mit dem Viel-Welten-Modell der Quantenphysiker, nach dem unsere Welt nur eine von unendlich vielen anderen ist und jeder mögliche Zustand und jedes mögliche Ereignis einer Bifurkation in einer so genannten Parallelwelt Wirklichkeit wird.

Konsens

Konsens heißt „Übereinkunft“ und „übereinstimmen“ und benennt eine Einigung einer Gruppe auf etwas, ohne verdeckten oder offenen Widerspruch. D.h. ein solcher Konsens wird eigentlich nicht hinterfragt. Schon das Hinterfragen eines Konsens' bedeutet sich außerhalb desselben zu befinden. Wir Menschen sind nicht gerne „außerhalb“. Wir mögen es auch nicht, wenn andere „außerhalb“ sind und so neigen wir dazu, Dinge die sich außerhalb eines Konsens' befinden zu marginalisieren und abzuleugnen. Gepaart mit der eingangs erwähnten Überzeugung des Menschen, dass es außerhalb seines Wahrnehmungsapparates keine Wirklichkeit geben kann, führt dies zu einer enormen Festigkeit unseres Montagepunktes.

Die Wahrnehmung von sich außerhalb dieses Konsens' befindenden Dingen (wie die Schiffe Christoph Columbus'), kann mit einem gehörigen Schrecken, mit absolutem Unwohlsein verbunden sein, da unsere Welt für einen Moment zu zerbrechen droht. Die bislang so verlässlichen Bretter, die bisher unsere Welt bedeuteten, schwanken auf einmal, brechen vielleicht sogar, und wir erfahren das Gefühl der Haltlosigkeit bis hin zu dem Empfinden, zu fallen, und das unser Leben hier endet. Wir alle kennen dieses Gefühl, wenn Dinge geschehen, die vielleicht nur für einen Bruchteil einer Sekunde keine Einordnung erfahren, wie zum Beispiel das Zusammentreffen mit einem Menschen, an den wir unmittelbar vorher gedacht haben, bis wir es dann beruhigt für einen Zufall halten und so unsere bisherige Sicht der Dinge wiederherstellen.

Was, wenn es kein „Zufall“ war? Was wenn es eine ganz natürliche Fähigkeit des Menschen wäre, Dinge vorzusehen, die zwar außerhalb des Konsens' liegen würde, den wir Menschen getroffen haben, aber welches gleichwohl eine Wirklichkeit, wenn auch eine andere Wirklichkeit, sein kann. Dass es dies im Moment noch nicht geben kann, ist Teil des Tonal unserer Zeit.

In der Prozessarbeit Arnold Mindells wird dieser Bereich der Übereinkunft der Menschen über das, was Wirklichkeit ist, als Konsensusrealität bezeichnet. Auch hier unterscheiden wir zwischen persönlicher Konsensusrealität und der einer Gruppe bis hin zu der, die allen Menschen gleichermaßen eigen ist. Hier definieren wir Menschen unsere Wirklichkeit.

⁶ Die Teleportation, d.h. der Transport von Materieteilchen durch den Raum, ist im Bereich der Quantenphysik mittlerweile nicht nur mit Photonen (1997), sondern auch mit wesentlich größeren Materieteilchen wie ganzen Atomen (2004) experimentell nachgewiesen. (siehe Literaturliste)

Für alles das, was sich außerhalb unserer Konsensusrealität befindet, haben wir eigentlich keine Namen, da ein Wissen darum, dass es etwas außerhalb davon geben könnte, würde ja schon verraten, dass es da etwas gibt. Dies wäre schon zu viel an Bedrohung unserer Welt und so haben wir lieber keine Worte, keine Begriffe dafür. Im allgemeinen Sprachgebrauch greifen wir in einem solchen Fall zu einer Negation in dem wir die Vorsilbe „Nicht-“ verwenden. Auch in der Prozessarbeit behelfen wir uns damit, indem wir es einfach als Nicht-Konsensusrealität bezeichnen.

Die zweite Aufmerksamkeit

Der Satz Don Juans „*Man kann es erleben, aber man kann nicht darüber sprechen*“, deutet an, dass es neben unserem Sinnesaparat und unserem rationalen Verstand noch andere Möglichkeiten der Wahrnehmung gibt. Auch „Der Kleine Prinz“ Saint-Exupéry's⁷ weist uns darauf hin, dass es Dinge gibt, die wir nur mit dem Herzen sehen. Wir sind es gewohnt, mit nach außen gerichteten Sinnen die Welt zu erfahren, sie buchstäblich zu begreifen, in dem wir sie betasten (auch mit unseren Augen und Ohren) und nur das für real halten, was wir auch anfassen können. Für all dies dient unsere erste Aufmerksamkeit. Für anderes, was sich nicht so einfach begreifen lässt und was sich auch einer rationalen Erklärung entzieht, braucht es eine andere Aufmerksamkeit, die in der schamanischen Lehre die zweite Aufmerksamkeit genannt wird. Es handelt sich um eine Form der Wahrnehmung, die allen Menschen gleichermaßen offen steht, die bislang nur wenig Beachtung in unserer Gesellschaft findet, weil wir eher darauf ausgerichtet sind, unsere Wahrnehmung im Außen zu haben. Sind unsere Sinne im Zustand der Außenwahrnehmung eher fokussiert und partiell, so ist in der zweiten Aufmerksamkeit unser innerer Blick unscharf und weich, sodass andere, eher periphere Dinge, unbeabsichtigt in unsere Wahrnehmung treten können. Auch der Begriff der „Inneren Achtsamkeit“, den wir in der Integrativen Prozessbegleitung verwenden, beschreibt einen ganz ähnlichen Bewusstseins-Zustand der absichtslosen Selbstbeobachtung, in dem wir unsere Aufmerksamkeit nach innen richten und die Dinge unbeabsichtigt in unsere Wahrnehmung treten können. Dieses „nach innen richten“ der Aufmerksamkeit und die Verwendung des Begriffes der absichtslosen Selbstbeobachtung erweckt vielleicht den Eindruck, als das diese Form der Wahrnehmung sich ausschließlich in unserem Inneren abspielen würde und dementsprechend eine propriozeptive Form der Wahrnehmung darstellen würde. Tatsächlich ist auf dieser Ebene nicht wirklich sagbar, über welche Kanäle wir mit unserer zweiten Aufmerksamkeit wahrnehmen. Es ist eher eine Form des unmittelbaren Erkennens oder eine bestimmte Form des Wissens, ohne zu wissen, wie du zu diesem Wissen gelangt bist. Das Bezeichnende hieran ist, die augenblickliche Erfahrung wahrzunehmen, das wahrzunehmen, was im Moment geschieht, ohne zu bewerten oder daran etwas verändern zu wollen.

Das Wissen um diese Form der Wahrnehmung und die Fähigkeit des Menschen sich darauf einzuschwingen, ist überall in allen Kulturen zu finden. So beschreibt ca. 500 v. Chr. Gautama Buddha einen Zustand, den er als „Vipassanā“ bezeichnet in seiner Bedeutung als: „...die Dinge zu sehen, wie sie wirklich sind.“ Andere Übersetzungen des Begriffes Vipassanā lauten: „Klarsicht“ oder auch „Entdecken“.

⁷ Der Kleine Prinz – von Antoine de Saint-Exupéry, erschienen im Karl Rauch Verlag



Der Ruf des Meeres

Mit der ersten Aufmerksamkeit leben wir unser alltägliches Leben. Die erste Aufmerksamkeit hilft uns über die Straße, wohingegen die zweite Aufmerksamkeit uns das Schwingen unseres Schrittes wahrnehmen lässt, die besondere Art und Weise mit der wir gerade jetzt in diesem Moment unterwegs sind. Aber es ist nicht nur die Wahrnehmung unserer Stimmung, sondern darüber hinaus können es auch ganz feine subtile Empfindungen und auch Ahnungen sein. C.G. Jung bezeichnete diese Art von Erfahrungen auch als *numinous*, als fast jenseits der Sinne. Weitere Merkmale solcher subtiler Wahrnehmungen sind ihr *transienter* Charakter, sie sind äußerst flüchtig und vergänglich, sie sind *passiv*, d.h. sie geschehen uns und können nicht willentlich herbeigeführt werden und sie sind *non-lokal*, sie können gleichermaßen von einzelnen wie von mehreren Menschen wahrgenommen werden und dies unabhängig von ihrer räumlichen Nähe.

Sofern wir uns dieser zweiten Aufmerksamkeit öffnen, erfahren wir all das, was sich rational nicht so einfach erklären lässt. Warum schwingt unser Gehen heute anders und warum habe ich gerade jetzt dieses Gefühl, es würde etwas Bedeutsames geschehen und treffe unmittelbar darauf einen Menschen der eine Bedeutung für mein Leben hat? Für diese Fragen gibt es keine Antworten, jedenfalls keine, die einer rationalen Betrachtung standhalten würden. Antworten hierauf sind eher im Bereich des Mythos zu Hause, welches eine Form der Wahrheit benennt, die zumindest für einen Menschen fühlbar real und wahr ist, aber keiner rationalen Erklärung standhält.

In unserer Kultur war es C.G. Jung, der uns anbot, wieder zu entdecken, dass das uns Umgebende zu uns spricht. Er nannte den Erkenntnisweg eines Menschen, der getragen und geführt ist von Zeichen und Hinweisen aus den Bereichen jenseits des rational erklärbaren Alltagsgeschehens, Individuation. In dieser Aussage steckt auch, dass irgendetwas ein Interesse daran hat, dass wir diese Dinge wahrnehmen. Das Meer ruft uns! Die Wissenschaft geht heute davon aus, dass wir in einem partizipatorischen Universum leben würden. Damit ist meines Erachtens nach nicht nur gemeint, dass alles mit allem verbunden ist, sondern auch dass das Universum ein Anteil-Nehmendes Universum ist. Etwas hat einen Anteil daran, dass wir uns entwickeln. So als wenn das Meer ein Interesse daran hätte, uns immer wieder daran zu erinnern, dass die eigentliche Wirklichkeit jenseits unserer Inseln liegen würde.

Dies wird in der schamanischen Lehre und in der Prozessarbeit Mindells der sekundäre Prozess genannt. Arnold Mindell sagt, dass der sekundäre Prozess unserer „mythischen Aufgabe“ folgt und so steht der sekundäre Prozess direkt mit dem Begriff der Individuation und dem Begriff „Sinn“ von C.G. Jung in Beziehung. Der primäre Prozess ist das, was mit dem Alltagsbewusstsein in der ersten Aufmerksamkeit gelebt wird. Im Allgemeinen findet eine völlige Identifikation mit dem primären Prozess statt und somit gibt es häufig keine bewusste Wahrnehmung des sekundären Prozesses. Die Wahrnehmung des primären Prozesses findet mit der ersten Aufmerksamkeit statt, wohingegen sich der sekundäre Prozess erst mit der zweiten Aufmerksamkeit dem Menschen erschließen kann.



Der Verbündete

Dinge, die aus dem sekundären Prozess in unsere Aufmerksamkeit drängen, können uns, wie schon an anderer Stelle erwähnt, Furcht und Unbehagen bereiten. Neues und Unvorhergesehenes drängt in unser Leben und der wohlwollende Charakter des Anteilnehmenden Universums ist zumindest am Anfang eines solchen Erkenntnisweges nicht immer sofort ersichtlich. Stattdessen kann es sich anfühlen, als würde uns der Boden unter den Füßen weggezogen. Häufig wollen wir das, was so machtvoll in unser Leben drängt zuerst gar nicht haben. Es fühlt sich eher so an, als wenn es uns bedrohen und vielleicht sogar zerstören wollte und so ist es nicht leicht, in dem was dort auf uns zukommt und welches einzig und allein den Sinn hat, uns in unserer Entwicklung voranzutreiben, eine Anteil-Nehmende Energie zu entdecken, die uns aus unserem stillen Kämmerlein der Selbstzufriedenheit herauslocken will. So erscheint es zuerst merkwürdig, wenn die mit Macht über uns hereinbrechenden Energien, die unser Leben auf den Kopf stellen, in der schamanischen Lehre als Verbündete bezeichnet werden. Ein Verbündeter ist jemand, der mich wohlwollend in meinem Vorhaben unterstützt und mir zur Seite steht. Die Auswirkungen des sekundären Prozesses, seine Ausformung in Schicksalen, wird als der Verbündete bezeichnet, sofern wir darin die Energien des Anteilnehmenden Universums entdecken können. Bis zu dem Moment erscheinen uns solche Schicksale als Gegner und Hindernis. Für den Schamanen ist es ein Verbündeter, weil er dafür sorgt, das wir in Kontakt bleiben mit dem eigentlich Sinnhaften und unserem „Weg“.

Spannenderweise ergänzt diese schamanische Weltsicht um den Verbündeten in Teilen und Aspekten die taoistische Sicht der Dinge als Gegenstück. In der Begegnung mit dem Tao erfahren wir Ruhe und Vertrauen in das Geschehen, dass die Dinge ihren Weg nehmen, dass es nur Prinzip gibt und Prozess, jeder Prozess dem ihm zugrunde liegenden Prinzip folgt und wir alle somit einem vorgezeichneten Weg folgen. In Ergänzung hierzu sagt die schamanische Lehre, dass es auch auf unsere persönliche Stärke und insbesondere auf unser Wollen, auf unseren persönlichen „Willen“ ankommt. So wird im Zusammenhang mit dem Verbündeten auch von dem „Kampf mit dem Verbündeten“ gesprochen. Die Frage ist hier: Verbleiben wir in einer ablehnenden Haltung dem Geschick gegenüber oder erkennen wir in dem vermeintlichen Gegner eine Anteil-Nehmende Energie.

Mit den Worten der Integrativen Prozessbegleitung gesprochen stellt sich der Kampf mit dem Verbündeten dar, als dass wir im allgemeinen Barrieren und Widerstände zwischen uns und unsere sekundären Prozesse stellen, zwischen unseren „gedachten“ und unseren „mythischen“ Weg. Wir bauen Barrieren und entwickeln strategisches Verhalten, welches vermeidet und ausschließt statt integriert und welches für Überleben sorgt jenseits von Qualität. Energie bleibt hier gebunden und steht dem Gesamtsystem nicht mehr zur Verfügung. Durch den „Kampf“ mit dem Verbündeten kann es zu einem Freiwerden und einer Wiedereingliederung dieser abgespaltenen Energie kommen und somit zu einem mehr an Qualität.



Epilog

Es kann sich ein viel vollständigeres Bild ergeben, wenn wir die Inseln unserer Wahrnehmung im Zusammenhang zu dem Meer der Wirklichkeit sehen. Unsere Sinne sind weitaus größer oder es gibt derer viel mehr, als die Wissenschaft bislang abzubilden in der Lage ist. Die Wissenschaft hängt ganz natürlicherweise in ihrem Versuch die Wirklichkeit abzubilden immer ein wenig hinterher und ist vielleicht nie wirklich in der Lage, die Wirklichkeit umfassend abzubilden. Weiterhin ist die Wissenschaft auf der Suche nach einer Theory of Everything (TOE), nach einer Theorie, die alles um uns herum erklären kann. Wir lassen es einmal dahingestellt, ob es ihr jemals gelingen wird.

Bis dies der Fall sein sollte, können wir Menschen uns dahingehend behelfen, als dass wir nicht mehr nach außen schießen, auf der Suche nach einer Erklärung für das, was wir in unserem Inneren erleben. Erklärungen sind nicht immer notwendig und auch nicht immer möglich. Es steckt schon in der Natur der Sache, dass der menschliche Geist (sein rationaler Verstand) vielleicht gar nicht in der Lage ist, die Wirklichkeit zu begreifen. In diesem Kontext sind wir Menschen Teil eines größeren Gesamtgeschehens und ein Teil kann niemals das Ganze umfassen. Ein Teil wird von Ganzen umfasst, aber die Umkehrung ist nicht möglich.

Einmal ging ein Mann an den Gestaden eines Meeres spazieren und beobachtete jemanden, der mit einem kleinen Löffel zwischen dem Meer und einen eigens dafür gegrabenen kleinen Loch hin und herging und Wasser aus dem Meer in dieses Loch schöpfte. Nach einer Zeit der Beobachtung ging dieser Mann zu dem anderen und fragte ihn, was er dort tun würde.

„Das siehst du doch“, antwortete dieser, „Ich schöpfe das Meer in dieses Loch.“

Erstaunt und verwirrt von dieser Antwort meinte der Mann wohlwollend: „Lass es ruhig, denn das wirst du niemals schaffen.“

Vielleicht ist es das, was wir versuchen: Wir versuchen das Meer der Wirklichkeit in die Inseln unserer Wahrnehmung zu schöpfen. Dies, so glaube ich, wird uns nie gelingen können.

Literaturhinweise

„Tao Te King – das Buch vom Weg des Lebens“ übersetzt von Richard Wilhelm, erschienen im Bastei Lübbe Verlag.

„Tao Te King“ übersetzt von Stephen Mitchell, deutsch von Peter Kobbe, Arkana Goldmann Verlag

„Der Ring der Kraft“, der vierte Band der Lehre des Don Juan aufgeschrieben von Carlos Castaneda erschienen im Fischer Taschenbuch Verlag und weitere Bücher der Lehren des Don Juan Matus

„Zu Hause im Universum – Die neue Vision der Wirklichkeit“ von Ervin Laszlo erschienen im Allegria Verlag

