Patanjali

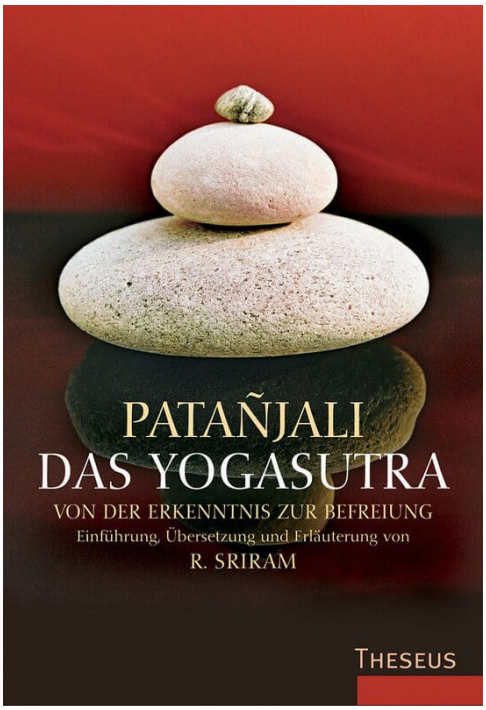
Das Yogasutra

Leseprobe

Das Yogasutra

von Patanjali

Herausgeber: Arkana Verlag



Im Narayana Webshop finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Email info@narayana-verlag.de
https://www.narayana-verlag.de

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

पतञ्जलिः
योगसूत्राणि

DAS YOGASUTRA

Von der Erkenntnis zur Befreiung

arkana

पतञ्जलिः

योगसूत्राणि

PATAÑJALI

DAS YOGASUTRA

VON DER ERKENNTNIS ZUR BEFREIUNG

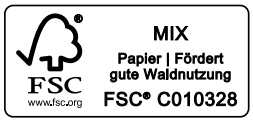
EINFÜHRUNG,
ÜBERSETZUNG UND ERLÄUTERUNG VON
R. SRIRAM



arkana

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

1. Auflage
Deutsche Ausgabe Januar 2024
Die vorliegende Ausgabe ist die vollständig überarbeitete Fassung
der 2003 im Selbstverlag R. Sriram erschienenen Ausgabe: Patañjali YOGASUTRA
Copyright © 2006 der Originalausgabe: Theseus in Kamphausen Media GmbH, Bielefeld
Copyright © 2024 dieser Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH, Neumarkter Str. 28, 81673 München
Umschlaggestaltung: Morian & Bayer-Eynck, Coesfeld,
unter Verwendung eines Fotos von © Hildegard Morian
Satz: Michael Shorny
Druck und Bindung: Alföldi Nyomda Zrt., Debrecen
Printed in Hungary
ISBN 978-3-442-34555-7

www.arkana-verlag.de

Inhalt

Worte von Sri T. K. V. Desikachar 7

Danksagung 10

Vorwort 11

Zur Schreibweise der Sanskritwörter 16

Erstes Kapitel: Die vollkommene Erkenntnis 19

Zusammenfassung 20

Übersetzung 31

Zweites Kapitel: Die Übung 83

Zusammenfassung 84

Übersetzung 95

Drittes Kapitel: Die ungewöhnlichen Ergebnisse 151

Zusammenfassung 152

Übersetzung 160

Viertes Kapitel: Die Befreiung 215

Zusammenfassung 217

Übersetzung 224

Glossar 259

Worte von Sri T. K. V. Desikachar

Als mich Sriram bat, ein Vorwort zu seiner Übersetzung des *Yogasūtra* zu schreiben, stellte ich ihm sofort viele Fragen, wie

1. Was ist der Unterschied zwischen *Śraddhā* und *Īśvarapraṇidhāna*?
   »Śraddhā ist Urvertrauen, wir leben von ihr, sie ist da auch ohne einen Gegenstand des Vertrauens. Īśvarapraṇidhāna ist der Glaube an eine Vision, der uns zu diesem Urvertrauen zurückführt.«
2. Wie kann der Tiefschlaf zu den Aktivitäten des *Citta* gezählt werden?
   »Im Tiefschlaf geht die Aktivität im Geist geht auf ein Minimum zurück, ist jedoch bereit, in die Aktivität anzuspringen, dazu braucht es nur ein lautes Geräusch. Der aktive Geist ist nicht ausgeschaltet, insofern zählt Nidrā zu den Vṛttis von Citta.«
3. Wie können *Saṃskāras,* die erworbenen Neigungen, in Schach gehalten werden?
   »Alte Gewohnheiten werden nur dann wachgerufen, wenn wir unruhig sind, große Erwartungen haben und in einer Situation stehen, die die ungünstigen Erinnerungen oder Assoziationen stimulieren. Wenn wir wach bleiben oder keine Erwartungshaltung einnehmen oder Situationen vermeiden, die uns mit alten Neigungen in Verbindung bringen, können wir die Wirkung der Saṃskāras einigermaßen in Schach halten (Yogasūtra 4.11).«
4. Schön! Wie werden *Siddhis* zu Hindernissen im Yoga?
   »Ihr Lob schmeichelt mir. Hoffentlich lenkt mich das zufriedene Lächeln in meinem Gesicht nicht von der Wachsamkeit für Ihre weiteren Fragen ab! Es ist nicht leicht, im Leben größere Errungenschaften anzunehmen, ohne dabei selbstzufrieden zu werden oder gar die Vision zu vergessen (Yogasūtra 3.51).«

5. Was sagt der Begriff *Viniyoga* aus? Handelt es sich dabei um einen Stil des Yoga?

»Viniyoga bedeutet ›spezielle Anwendung‹. Wir können die Übung nur auf eine uns passende Weise anwenden und dabei schrittweise vorgehen. Es handelt sich nicht um einen Stil von Yoga (Yogasūtra 3.6).«

6. Wie erklärst du den Begriff *Brahmacarya* zeitgemäß?

»Im Umgang mit Menschen im Bewusstsein des Brahman zu bleiben, ist dieses wichtige Übungsglied im Yogaweg (Yogasūtra 2.38). Wenn wir mit Menschen verkehren, sollten wir die Achtung vor unserem Umfeld und den Respekt vor der Menschlichkeit des Gegenübers nicht verlieren. Dann würden wir uns lieben und streiten können, ohne zu verletzen.«

7. Ist *Pratyāhāra* ein übbares Glied des Yoga?

»Im Yogasūtra zählt es zu den äußeren Gliedern des Übungsweges, also ist es übbar. Wir können und dürfen den Atem lenken, so auch unsere Sinne. Sonst entscheidet unsere Umgebung für uns, welche Richtung die Sinne nehmen (Yogasūtra 2.54).«

8. Was ist der Unterschied zwischen *Dhyānam* und *Samādhi*?

»Das Dranbleiben (abhyāsa) ist wichtig bei Dhyānam, der Meditation. Bei Samādhi jedoch ist das Loslassen (vairāgya) wichtiger. Dhyānam können wir mit dem Willen zum Üben lenken, Samādhi müssen wir dann geschehen lassen. Dabei dürfen wir nicht vergessen, dass ohne das Dranbleiben das Loslassen keinen Sinn ergibt (Yogasūtras 1.12–1.15 und 3.2–3.3).«

9. Was ist *Paravairāgya*?

»Vairāgya geht meistens einher mit etwas Ablehnung, so dass wir den nötigen Abstand finden. Wir lassen oft los, indem wir manche Tatsachen übersehen. Ein Mensch mit Paravairāgya braucht keinerlei ablehnende Haltung, denn er ist in sich verankert auf eine vollkommene Weise.«

10. Wie wirst du den Schülern erklären, was *Nirbījas-Samādhi* ist?

»›Yatho vaco nivartante …‹ Ich erinnere mich an die Taittirīya-Upaniṣad, Worte langen nicht aus, um manche Dinge zu erklären. Frei von Vorurteilen und Voreingenommenheiten zu wirken ist ein Yogaziel, das sehr groß und gut nachvollziehbar ist. Mit diesem Ziel haben ich und die Menschen, die von mir Yoga lernen wollen, genug zu tun (Yogasūtra 4.7).«

11. Was sind die Faktoren, die Wandel einleiten? Was ist *Dharma*, was ist *Lakṣaṇa*, was ist *Avasthā*?

»Zeit bringt Änderung, was uns oft von Problemen löst. Das ist Avāsthapariṇāma. Manchmal müssen wir vieles tun, um eine deutliche Veränderung herbeizuführen (Lakṣaṇapariṇāma). Ein grundlegender Wandel ergibt sich jedoch nur, wenn wir ihn in allen Hinsichten anbahnen (Yogasūtra 3.13–3.15).«

12. Ist unser Geist ewig oder sehr kurzlebig?

»Die Permanenz des Geistes ist darin zu finden, dass er sich permanent wandelt.«

Obwohl Sriram im Moment bei mir ist, um Vedanta zu studieren, beantwortete er alle Fragen ohne jedes Zögern, ohne in Notizen zu blättern. Dass er so tief vom *Yogasūtra* absorbiert war, dass er diese 2000 Jahre alte indische Lehre im Kontext der Moderne erläutern konnte, beeindruckte und erstaunte mich. Die deutschen Leser haben Glück, dass sie Srirams klare Präsentation des *Yogasūtra* zu lesen bekommen.

T. K. V. Desikachar
Chennai, 14.12.2002

Danksagung

Angelika Sriram, Tänzerin, ist für mich stets geistige und sprachliche Inspiration. Sie holte mein Denken und meine Ausdrucksweise ständig auf den Boden der Realität. Auch den Fluss im Text verdanke ich ihr.

Birgit Strumpen, Yogalehrerin aus Krefeld, hat sich bei der Erstellung des Manuskripts aus meinen Unterrichtsunterlagen über mehrere Monate hinweg sehr viel Mühe gegeben. Sie verlieh meinen Übersetzungen Einheitlichkeit und verfasste auf deren Grundlage das Glossar.

Sven Görler aus Osterfildern-Nellingen saß unzählige Stunden am PC, las mit größter Sorgfalt den gesamten Text, wies mich auf viele subtile Sprach- und Denkfehler hin und verhalf so dem Buch zu Genauigkeit. Auch bei der vorliegenden Neuauflage hat er unermüdlich Verbesserungsvorschläge eingebracht.

Vivek Nath Sinha, Yogalehrer, Stuttgart-Varanasi, hat für die neue Auflage die Schreibweise des Originaltextes sowohl in Devanagari als auch in der Lateinschrift sorgfältig überprüft und wertvolle Korrekturen durchgeführt.

Vorwort

Die westliche Welt hat in der kurzen Zeit von 300 Jahren phänomenale Entdeckungen gemacht. Sie hat die Materie so genau erforscht und verstanden, dass sie Flugzeuge bauen konnte, mit denen Menschen zielgenau am vorgesehenen Ort und zum richtigen Zeitpunkt landen können. Das war vor einigen Jahrhunderten noch unvorstellbar und ist nur ein Beispiel für viele andere Entdeckungen. Von der kleinsten Schraube bis hin zu den großen Theorien über Aerodynamik stimmt alles. Diese Entwicklung verdanken wir nicht nur einigen herausragenden Persönlichkeiten, sondern vor allem der geistigen Ausrichtung einer ganzen Zivilisation, die über mehrere Jahrhunderte wissenschaftliches Denken begünstigt hat.

In ähnlicher Weise wurde die indische Geschichte über Jahrtausende von ihrer eigenen geistigen Ausrichtung geprägt. Ihr Blick galt der Innenwelt des Menschen, den Grundlagen der Gefühle, den Gesetzen der mentalen Aktivität. Als Ergebnis dieser Weltanschauung wurden äußere Erscheinungen als Analogie des inneren Geschehens betrachtet. Die Beobachtung der Materie diente dazu, den Geist des Menschen besser zu verstehen. Aus den jahrhundertelangen Bemühungen sind auch hier einige große Denker hervorgegangen, die wertvolle Wissenschaften geschaffen haben. Diese Wissenssysteme vereinigten die Themen Philosophie, Religion, Psychologie und Vernunft und wurden zur Grundlage für gesellschaftliche, soziale und religiöse Praktiken. Das Einflussreichste unter diesen Systemen ist Yoga. Es hat alle Zeiten überdauert.

Worum geht es im Yoga?

Es ist ein archaischer Wunsch des Menschen, Leiden zu vermeiden und in Frieden zu leben. Dieser Wunsch bildet die Motivation für viele seiner Bemühungen. Er entscheidet, was er rational für richtig hält oder an was er glaubt. Die Ratio richtet Gedanken und Taten ebenso auf das gewünschte Ziel wie der Glaube. Wer lange genug etwas tut, an das er glaubt, wird die eigenen Taten als rational einstufen. Wer wiederholt etwas tut, das er als rational versteht, wird fest an die Richtigkeit dieser Taten glauben. So ist die Grenze zwischen Ratio und Glaube eine Grauzone, sie können sich als zwei Seiten der selben Münze erweisen. Ratio und Glaube haben beide großen Nutzen. Sie scheitern jedoch, wenn es um Antworten auf sehr tief gehende Fragen geht, weil sie beide ihre Wurzeln nicht im Kern unseres Bewusstseins haben. Allein die eigene unmittelbare Erfahrung kann uns genaue Antworten auf diese wesentlichen Fragen geben.

Es stellt eine große Herausforderung dar, die Stimme, die aus dem tiefsten Kern unseres Bewusstseins kommt, von der lauten Sprechweise der Ratio und des Glaubens unterscheiden zu lernen. Dafür ist es erforderlich, das Wesen zu erkennen, zu dem Ratio und Glaube gehören. Was ist jenes Wesen, das uns manchmal dient, indem es uns zum richtigen Zeitpunkt die passenden Antworten gibt, aber uns auch oft verwirrt, indem es uns passend erscheinende falsche Antworten gibt? Es ist jenes Wesen, das sich von unseren Erfahrungen nährt, mit der Zeit gedeiht und uns mit Erinnerungen dient. Ist es der Geist, »the mind«, das Gehirn? Nennen wir es das meinende Selbst. Dieses meinende Selbst ist wie ein Segel. Ist es richtig gesetzt, so unterstützt es uns auf unserer Fahrt. Wird es jedoch vom Wind der Geschehnisse hin und her geworfen, so sind wir ihm und damit dem Verlauf der Dinge um uns herum ausgeliefert.

Aus dieser Sichtweise ist Yoga entstanden. Yoga nennen wir heute ein System, welches das Verhältnis zwischen dem meinenden Selbst und dem tiefsten sehenden Kern unseres Selbst studiert und uns methodisch dahin führt, die Segel in die Hand zu nehmen und das für uns wesentliche Ziel anzusteuern und zu erreichen.

Wer sind die Grössen des Yoga?

Die zentrale Frage nach dem Zusammenspiel der beiden Wesen des Selbst bewegte alle großen Denker Indiens. *Vyāsa*, der poetische Verfasser der *Bhagavadgītā*, und Buddha, der gütige Lehrer des Mitempfindens, sind zwei Größen unter ihnen. Der bedeutendste und zugleich wichtigste Lehrer des Yoga ist *Patañjali*. Die von ihm überlieferte Schrift heißt *»Yogasūtra«* und ist mit nur 195 Sätzen so kurz, dass der gesamte Text auf einer Seite vollständig gedruckt werden kann. Das *Yogasūtra* ist kein Buch voller Sprüche; es will niemanden von irgendwelchen Ideen überzeugen; es holt nie weit aus. Wie der allererste Satz sagt, liegt hier ein Text vor, der auf Erfahrung basiert. Er ist wie ein Reisebericht über den Weg eines Menschen in Richtung essentieller Freiheit. Hierin liegt die Größe des *Yogasūtra*.

Was heisst *Yogasūtra*?

Sūtra bedeutet Faden und ist eine Dichtungsform des Sanskrit, der alten Sprache Indiens, die während der Kolonialzeit der Briten immer mehr an Bedeutung verlor. Die *Sūtra*-Form benutzt keine grammatikalisch vollständigen Sätze. Sie verzichtet auf alle Wörter, die für die Sinngebung überflüssig sind. Das fordert die Leser eines solchen Textes dazu auf, die Sätze immer nur in ihrer Verbindung zu betrachten und jeden Satz als wichtiges Glied genau zu untersuchen und zu verstehen, denn der Zusammenhang der einzelnen Sätze gleicht einer Perlenkette, aus einem Faden bestehend, der einzelne kostbare Perlen zusammenhält.

In den vergangenen beiden Jahrtausenden gab es immer wieder neue Kommentare zum *Yogasūtra*. Viele dieser wertvollen Bücher helfen uns heute, diesen Text besser zu verstehen, der die Quellschrift des Yoga darstellt. Im letzten Jahrhundert hatten wir in Südindien das besondere Glück, in Sri T. Krishnamacharya einen außergewöhnlichen Lehrer zu haben, der meisterhaft das *Yogasūtra* interpretierte. Dadurch, dass er auch über große Kenntnisse anderer indischer Wissenssysteme verfügte, konnte er diese Schrift sehr differenziert darlegen. Sein Sohn und Schüler Sri T. K. V. Desikachar, der dieses Wissen in seiner unmittelbaren Nähe erfahren durfte, versteht auf spannendste Weise, es auf unsere Zeit und auf die aus ihr hervorgehenden Fragen anzuwenden.

Was ist die zentrale Idee des *Yogasūtra*?

Nicht im Besiegen von Feinden oder in der aktiven Gestaltung dessen, was uns umgibt, liegt eine sehr weitgehende und sehr tiefe Lösung des Problems, wie das menschliche Leiden verringert werden kann, sondern in dem, was wir mit unserem Geist tun. Diese Feststellung ist der Ausgangspunkt des *Yogasūtra*. Es geht darum, das meinende, denkende Selbst zu erforschen und zu verstehen. Das *Yogasūtra* inspiriert uns, ihm auf die Schliche zu kommen, um einen klaren Weg aus Schwierigkeiten zu finden.

Wozu dieses Buch?

Es ist mein Glück, dass ich die Rezitation und Erläuterung des *Yogasūtra* bei meinem Lehrer Sri T. K. V. Desikachar erlernen konnte. Ihm verdanke ich mein ganzes Wissen über das *Yogasūtra*. In den letzten zwölf Jahren habe ich unzählige Vorträge und Lehrgänge über das *Yogasūtra* gehalten. Seine Inhalte wurden mit großer Begeisterung und Staunen aufgenommen. Dabei ist mir deutlich geworden, was dieser Text in unserer Zeit für eine Rolle spielen kann. Heute, da der Westen mühsam versucht, eine Brücke zwischen Körper und Geist zu schlagen und die Trennung zwischen Psychologie, Religion, Philosophie und den Naturwissenschaften aufzuheben, kann das *Yogasūtra* viele wertvolle Erkenntnisse vermitteln.

Das Interessante am *Yogasūtra* ist außerdem die Tatsache, dass in ihm sehr viele Lösungsmodelle für unterschiedliche Fragen zu finden sind, die sich auch in unserem modernen Leben stellen. Die Beschäftigung mit diesem Text kann den Leser zur Entdeckung vieler Antworten auf seine individuellen Fragen führen. Dies ist ein Arbeitsbuch. Es enthält eine Zusammenfassung jedes der vier Kapitel und außerdem eine Übersetzung der einzelnen *Sūtras* in Satzform sowie eine detaillierte Wort-für-Wort-Übersetzung. Erläuterungen der einzelnen *Sūtras* ergänzen die vorliegende Ausgabe.

Das Problem der Fremdbegriffe:

Um sich dem Inhalt des *Yogasūtra* zu nähern, ist es zweckmäßig, erst einige zentrale Begriffe näher kennen zu lernen, da für diese Begriffe der Sanskritsprache keine treffenden Synonyme in europäischen Sprachen gefunden werden können.

Yoga entstammt der Wortwurzel »*yuj*«, deren Bedeutung »anbinden« ist. Im Geist des *Yogasūtra* bedeutet das Wort *Yoga* einerseits den Zustand der Anbindung, in dem der Mensch frei von jeglichen flüchtigen Überzeugungen mit der für ihn innigsten Wirklichkeit verbunden ist, und andererseits die Schritte, die helfen, diesem Zustand näher zu kommen.

Draṣṭā ist wörtlich »das Sehende«, das diese innigste Wirklichkeit getrennt von sämtlichen Meinungen, Einbildungen und Kenntnissen, die sie umhüllen, sieht. Es handelt sich um die wahrnehmende Essenz des lebendigen Wesens. Es ist das innere Auge, das in der sich wandelnden Biographie eines Lebewesens eine Kontinuität darstellt. Es wird auch *Puruṣa*, »das Bewohnende«, genannt, um hervorzuheben, dass in einem Verhältnis, das dem zwischen einem Gebäude und seinem Bewohner gleicht, eigentlich das Wohl des Bewohners das Maß für die Stimmigkeit des Gebäudes setzen sollte. Ein weiterer Name für *Draṣṭā* ist *Cit,* »das Erkennende«.

Citta, »das Meinende«, ist jener Geist, der vorgibt zu sehen und zu erkennen, es aber in Wirklichkeit nicht tut. Der Begriff *Citta* umfasst den ganzen mentalen Bereich. Er ist das geistige Gebäude, bestehend aus Eindrücken, Erinnerungen, Meinungen, Träumen, Illusionen, Konditionierungen usw. Die meisten Erkenntnisse, Überzeugungen, unser Glaube, Feststellungen und Rückschlüsse im alltäglichen Leben stammen aus diesem Teil unseres Wesens. Insofern sind sie unstet, beeinflussbar und relativ. *Citta* als denkendes Wesen produziert relative Theorien und Wahrheiten, die im Laufe der Zeit vom selben Denkwesen verdrängt und überholt werden. Es ist der Geist, der uns durch seine konstante Aktivität mit dem Gefühl von Lebendigkeit erfüllt und dadurch eine überdimensionale Rolle in unserem Bewusstsein einnimmt. Auf diese Weise sorgt er dafür, dass der sehende Kern *Draṣṭā* im Bewusstseinshintergrund gefangen bleibt. *Citta* ist das, was meint, und deshalb vorgibt, *Cit,* »das Erkennende«, zu sein.

Saṃskāra, »das Angewöhnte/Erworbene«, deutet auf die Wucht, mit der das Mentale, basierend auf Erinnerungen und bekanntem Wissen, unser Verhalten prägt und die Neigung unserer Handlungen fast vorbestimmt. Die Wirkung der *Saṃskāras* ist oftmals fragwürdig, denn ihr liegen Kenntnisse aus der Vergangenheit zugrunde, die unter den neuen Umständen der Gegenwart nicht immer eine angemessene Gültigkeit haben.

Kleśa ist »das Störende«, der tief liegende Handlungskeim, der den *Saṃskāras* ihre Wucht verleiht. Die Ichbezogenheit ist ein solcher störender Trieb, der einer-

seits für die Selbstwahrnehmung eine Notwendigkeit darstellt, andererseits aber zu einer die Wahrnehmung trübenden eigenwilligen Kraft ausarten kann. Eine andere Auswirkung dieser störenden Instanz, die in uns verwurzelt ist, ist die Angst. Angst hat eine wichtige Funktion in jedem Lebewesen, so auch im Menschen. Sie wirkt aber häufig losgelöst von ihrem ursprünglichen Sinn, stört die klare Wahrnehmung und treibt uns zu falschen Einschätzungen, die unsere Handlungen bestimmen.

Avidyā heißt falsche Erkenntnis. *Kleśas* trüben die Wahrnehmung und führen zur Verwechslung, so dass wir die Ursache nicht von der Wirkung, das Beständige nicht vom Vergänglichen und das nachhaltig Erfreuliche nicht vom kurzfristig Erheiternden unterscheiden können. Diese Täuschung ist *Avidyā*.

Zur Schreibweise der Sanskritwörter:

Die Fremdwörter sind alle in der international anerkannten Übertragungsweise der Sanskrit-Schrift in die europäische Schrift gehalten. Das Wort Sanskrit verrät schon die Fehler, die in Übertragungen enthalten sein können, denn die Sprache heißt eigentlich *Saṃskṛt,* was übersetzt »eine vollkommene Sprache« bedeutet. Selbst das Wort *Yogasūtra* müßte *Yogasūtram* in der Singularform oder *Yogasūtrāṇi* in der Pluralform lauten.

Die Wortübersetzungen lehnen sich an die Aussagen, die in dieser Lehrschrift gemacht werden, an.

Die gewählte grammatikalische Form der Wörter ist eine, die im Text erscheint. Im Sanskrit werden die Hauptwörter dekliniert: Das Wort *bala* heißt Kraft (YS 3.46). Dieses Wort erscheint in anderen Textstellen in deklinierter Form:

balādīni Kraft usw. (3.24)
balāni Kräfte (3.23)
baleṣu in den Kräften (3.24)

Als Substantiv schreibt sich dieses Wort, das ein Neutrum ist, *balam*.

Bei den Übersetzungen sind wie üblich die nominativischen Singular-Wörter auf ihre Grundform reduziert: *āsanam* (neutrum) wird *āsana* geschrieben, *samādhiḥ* (maskulinum) wird *samadhi* geschrieben und *dhāraṇā* (femininum) bleibt *dhāraṇā*.

Am Ende des Buches ist ein Glossar mit allen Sanskrit-Wörtern, die im *Yogasūtra* erscheinen. Um es übersichtlich zu halten, sind nicht alle Formen eines Wortes übersetzt, die irgendwo im Text erscheinen, sondern meist nur die Grundform.

Die Sanskritbuchstaben und ihre Aussprache:

a kann
ā Kahn
i Kind
ī Brise
u kurz
ū Kuhle
ṛ *r* mit zurückgezogener Zunge
e Kehle
ai Keim
o Kohle
au Kraut
ṃ nasal klingend
ḥ der vorhergehende Vokal wird leicht ausgehaucht
ṅ Hang
c Tschechien
j Dschungel
jñ wie »gnj«
ñ Señor (wie »nj«)
ṭ *t* mit zurückgezogener Zunge und Zungenspitze am Gaumen
ḍ *d* mit zurückgezogener Zunge und Zungenspitze am Gaumen
ṇ *n* mit zurückgezogener Zunge und Zungenspitze am Gaumen
t *t* mit Zungenspitze unter der oberen Zahnreihe
d *d* mit Zungenspitze unter der oberen Zahnreihe
y ja
v wann
ś ich (Zungenspitze hinter dem Unterkiefer)
ṣ Muschel (Zunge zurückgezogen und Zungenspitze am Gaumen)
s Muss

समाधिपादः

Samādhi-Pāda

Die vollkommene Erkenntnis

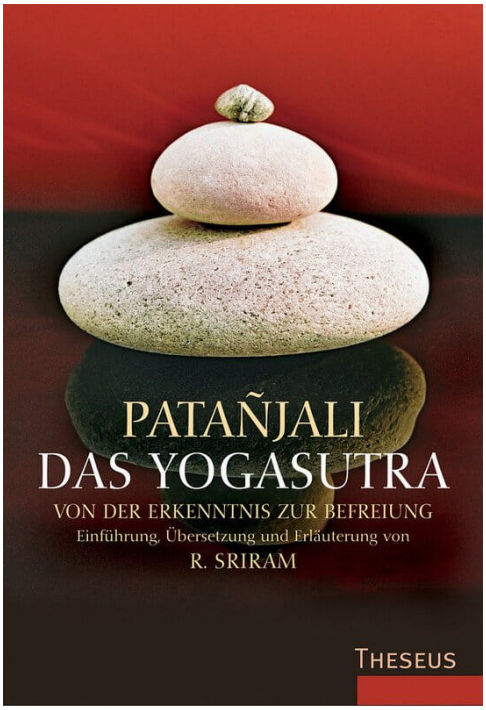
Patanjali

Das Yogasutra

Von der Erkenntnis zur Befreiung

288 Seiten, geb.
erscheint 2024

Jetzt kaufen



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de