

DIE
YOGA SUTRAS
DES
PATANJALI

Teil I

Über die Versenkung (samadhi pada)

A: Die Disziplin

Nun folgt die aufmerksame Betrachtung der Yoga-Disziplin. (1)

Yoga ist die Beruhigung aller psycho-mental-
len Erregungen. (2)

Dann ruht der Sehende in seinem Selbst. (3)

Alle anderen Bewusstseinszustände sind da-
durch gekennzeichnet, dass der Erkennende in
der Denkbewegung aufgeht. (4)

~~~

## B: Die fünf psycho-mentalenen Zustände

Fünf Spielarten psycho-mentaler Zustände gibt es: leidvolle und leidlose. (5)

Gültiges Wissen, falsche Erkenntnis (Illusion), Vorstellung, Schlafbewusstsein und Erinnerung. (6)

Direkte Wahrnehmung, logische Schlussfolgerung und das autoritäre Zeugnis heiliger Überlieferung machen das gültige Wissen aus. (7)

Falsche Erkenntnis ist die irrtümliche Ansicht von der Wesenseigenschaft einer Sache. (8)

Vorstellung beruht auf verbaler Erkenntnis, bar jeder Wirklichkeit (als nützliche Erkenntnis entspringt sie aus der Bedeutung eines Wortes ohne entsprechenden Realitätsbezug). (9)

Traumloser Schlaf ist ein mentaler Zustand der Untätigkeit, charakterisiert durch die Abwesenheit des Wach- und Traumbewusstseins. (10)

Erinnerung ist ein mentaler Vorgang, der an der Reproduktion vergangener Sinneseindrücke haftet. (11)

~~~

C: Der Weg zur Beruhigung der „vrttis“

Die Beruhigung der Fluktuationen des psychomentalen Apparates (Denkstoffes) kann durch Übung (abhyasa) und Entsagung (vairagya) erlangt werden. (12)

Die Bemühung um einen ruhigen Geistesfluss, frei von jeglicher Fluktuation, wird Übung genannt. (13)

Jene Übung gerät zur festen Grundlage, wenn sie über eine längere Zeit hinweg ununterbrochen und mit Hingabe durchgehalten wird. (14)

Wenn der Geist jegliches Verlangen nach gesehenen oder in der heiligen Tradition beschriebenen Dinge verliert, nimmt er die Haltung äußerster Wunschlosigkeit ein, die Loslösung genannt wird. (15)

Gleichgültigkeit gegenüber den Gunas (Grundmodalitäten der Erscheinungswelt), erlangt durch die wesenhafte Einsicht in die Natur des Purusa (des geistigen Wesenkerns), wird höchste Form der Loslösung genannt (paravairagya). (16)

~~~

## D: Der Weg zu Samadhi

Wenn die Versenkung mit Hilfe von logischem Denken (vitarka), prüfender Betrachtung (vichara), Seligkeit (ananda) und Ichbewusstsein (asmita) erlangt wird, redet man von erkenntnisbezogener Versenkung (samprajnata-samadhi). (17)

Die erkenntnisfreie (objektfreie) Versenkung (asamprajnatasamadhi) ist die andere Form von Samadhi, die aus der fortwährenden Übung höchster Entsagung entspringt und die Beruhigung aller Fluktuationen des Denkstoffes zuwege bringt, wobei lediglich die vergangenen Eindrucksbilder in einem latenten Zustand zurückbleiben. (18)

Der Samadhi-Zustand der körperlosen Wesen (videhas) und jener, die in ihrer feinstofflichen Substanz überdauern (prakrti-layas), beruht auf der objektiven Erfahrung eines Daseins, das aus Unwissenheit resultiert. (19)

Die anderen (welche dem Pfad der vorgeschriebenen Bemühungen folgen) bedienen sich der Mittel ehrfürchtigen Glaubens, kraftvollen Einsatzes, wiederholter Erinnerung, Sammlung und wahren Wissens (und erlangen so den objektfreien Samadhi-Zustand). (20)

Yogins, die mit intensiver Kraft zur Samm-

lung begabt sind, erfreuen sich schnell der Versenkung und ihrer Früchte. (21)

Auf Grund langsamer, mittlerer und schneller Methoden ergeben sich selbst für Yogins mit außerordentlicher Sammlungskraft bezeichnende Unterschiede. (22)

~~~

E: Der Pfad der Hingabe an Gott

Auch die spezielle Hingabe an Gott (Isvara) bringt Versenkung zuwege. (23)

Gott (Isvara) ist eigene absolute Geistidentität (Purusa), leidvoller Spannung, Handlung, Folge von Handlung oder daraus resultierender latenter Eindrücke enthoben. (24)

In Ihm hat die Saat der Allwissenheit eine unübertreffliche Höhe erreicht. (25)

Er ist der Guru vergangener Gurus, denn Seine Allmacht duldet keine zeitliche Beschränkung. (26)

Das Ihm offenbarende Heilige Wort ist Prana-va oder die mystische Silbe OM. (27)

Die stete Wiederholung dieser Silbe erschließt (dem Suchenden) ihren inneren Sinn. (28)

Dadurch realisiert man das individuelle Selbst, und die Hindernisse werden beseitigt. (29)

~~~

## F: Hindernisse auf dem Pfad

Krankheit, Starrheit, Zweifel, Nachlässigkeit, Trägheit, Begehren, Irrtum, die mangelnde Realisierung irgendeines yogischen Zustandes und die mangelnde Gegründetheit, in einem yogischen Zustand zu verharren, diese Zerstreuungen des Geistes sind die Hindernisse. (30)

Sorge, Trübsinn, Rastlosigkeit, falsches Ein- und Ausatmen sind die Folgeerscheinungen früherer Zerstreuungen. (31)

Um der Zerstreuung Einhalt zu gebieten, sollte man seine Zuflucht zur Konzentration auf ein einheitliches Prinzip nehmen. (32)

Der Geist wird heiter durch gewissenhafte Pflege der Gefühle von Freundlichkeit, Mitleid, Wohlwollen und Gleichgültigkeit gegenüber glücklichen und unglücklichen, tugendhaften und lasterhaften Geschöpfen. (33)

~~~


G: Die alternativen Pfade

Auch das Ausstoßen und Verhalten des Atems führt zur Ruhigstellung des Geistes. (34)

Auch die Entwicklung intensiver objektiver Wahrnehmung, visayavati genannt, führt zur Stetigkeit im Geiste. (35)

Festigkeit im Geiste kann auch erlangt werden durch die Betrachtung des leidfreien lichthaften Zustandes. (36)

Ebenso erfährt der Geist des Adepten eine zunehmende Abklärung durch Meditation über den wunschlosen Geisteszustand. (37)

Oder indem Traumbilder oder der Zustand des traumlosen Schlafes zum Gegenstand der Meditation erhoben werden. (38)

Stabilität erfährt der Geist auch durch Meditation über irgendeinen beliebigen Gegenstand. (39)

~~~

## H: Von der Stabilität zur Transparenz

Wenn der Geist die Stärke entwickelt, sich ans Kleinste wie ans Größte zu heften, erlangt er Beherrschung. (40)

Wenn die Fluktuationen des Geistes zur Ruhe gelangen, nimmt der Geist die Form des Objektes an, auf das er sich richtet, sei es der Erkennende, das Instrument des Erkennens oder das Erkannte, gleich einem durchsichtigen Juwel. Diese Identifikation wird Samapatti oder betrachtende Vereinigung genannt. (41)

Die Betrachtung, in welcher die Verbindung von Wort und Bedeutung, von Objekt und Erkenntnis aufscheint, ist als eine mit dem Denken verbundene Meditation (savitarka samapatti) bekannt. (42)

Wenn der Gedächtnisspeicher gereinigt ist, gibt sich der Geist in seiner eigenen Natur, bar aller reflektiven Bewusstseinsinhalte, zu erkennen. In diesem Zustand erweist er sich als der Gegenstand seiner eigenen Meditation. Eine solche Betrachtung wird eine vom Denken befreite Versenkung (nirvitarka samapatti) genannt. (43)

Das erklärt auch den Unterschied zwischen dem mit untersuchender Betrachtung (savichara) und ohne untersuchende Betrachtung (fei-

nerer Objekte) verbundenen Versenkungszustand (nirvichara). (44)

Die Betrachtung subtiler Schichten des Objekts kulminiert in einem qualitätsfreien Zustand des Unmanifesten. (45)

Das sind die vier Arten „keimhafter Versenkung“ (sabija samadhi). (46)

~~~

J: Vom keimhaften zum keimlosen Samadhi

Mit wachsender Verwurzelung in dem von erwä-
gender Betrachtung freien Versenkungszustand
(nirvichara) reinigen sich die inneren Er-
kenntnisorgane. (47)

Das Wissen, das auf dieser Ebene erworben
wird, ist von Wahrheit gesättigt (rtambha-
ra). (48)

Es unterscheidet sich von jenem Wissen, das
der Überlieferung oder Schlussfolgerung ent-
stammt, da es aus eigener Bedeutungsfülle
lebt. (49)

Die latenten Eindrücke, die aus solchem Wis-
sen geboren werden, überformen die anderen
latenten (unterbewussten) Eindrücke. (50)

Indem auch dieselben schließlich (durch das
Erlöschen der latenten Eindrücke des Gegen-
standsbewusstseins) zur Ruhe gelangen, ver-
mag die objektlose Versenkung (nirbija sa-
madhi) jeglicher Denkbewegung Einhalt zu
gebieten. (51)

Teil II

Über die Übung (sadhana pada)

A: Der Yoga der Tat

Askese (tapas), eigenes Studium (der heiligen Schriften, Wiederholung heiliger Silben) und vollkommene Ergebung in Gott machen den Yoga der Tat aus (kriya yoga). (1)

Jener Yoga sollte geübt werden, um Samadhi zu erlangen und der Leidenschaften (klesas) Herr zu werden. (2)

~~~

## B: Die fünf leidvollen Spannungen

Die fünf leidvollen Spannungen sind Nichtwissen (avidya), Ichverhaftung (asmita), Begierde (raga), Hass (dvesa) und Selbsterhaltungstrieb (abhinivesa). (3)

Nichtwissen (avidya) ist der Nährboden der anderen, ob sie nun schlummern, vermindert, gespalten sind oder sich in vollem Ausmaß entfalten. (4)

Nichtwissen besteht darin, ein vergängliches Ding für unvergänglich, eine unreine Sache für rein, Unglück für Glück und das Nicht-Selbst für das Selbst zu halten. (5)

Ichverhaftung (asmita) erliegt der Scheinidentität des Purusa (reines Bewusstsein) mit dem Buddhi (begrenzter Geist). (6)

Begierde (raga) ist jene Leidenschaft, die der Erinnerung des Angenehmen anhaftet. (7)

Hass (dvesa) ist jene Leidenschaft, die dem Unglück anhängt. (8)

Die im Unwissenden wie im Wissenden tief eingewurzelte Angst vor der Auslöschung der eigenen Identität begründet die leidvolle Spannung des Selbsterhaltungstriebes (adhinivesa). (9)

~~~

C: Der Pfad der Gegen-Strömung (pratiprasava)

Die subtilen leidvollen Spannungen (klesas) werden überwunden oder preisgegeben durch die Gegen-Schaffung (pratiprasava) oder Selbstaufhebung des bedingten Geistes. (10)

Auch den Klesas, die als Keime im seelisch-geistigen Haushalt verbleiben, kann durch Meditation ihre Existenzgrundlage entzogen werden. (11)

Latente Handlungskeime (karmasaya) oder moralischer Verdienst und moralisches Verschulden, die ihre Wurzeln in den leidvollen Spannungen haben, gelangen im hiesigen oder künftigen Leben zur Auswirkung. (12)

Solange die leidvollen Spannungen (klesas) in ihrer Wurzelexistenz unbeeinträchtigt bleiben, wirken sich die latenten Handlungskeime in drei Begleiterscheinungen aus: In Gestalt von Geburt, Lebensdauer und Lebenserfahrung. (13)

Tugend und Laster sind dafür verantwortlich, dass Geburt, Lebensdauer und Lebenserfahrung angenehme oder schmerzliche Erlebnisse im Gefolge haben. (14)

Wegen der dreifachen Gestalt des Leidens, ob es sich nun der bloßen äußeren Handlung, dem

Konflikt oder den latenten Eindrücken verdankt, nicht weniger als auf Grund der antagonistischen Natur der grundlegenden Kräfte im Haushalt des Lebens (gunas) weist sich dem unterscheidenden Geist alles (die lustvolle Sinneserfahrung mit eingeschlossen) als grundsätzlich leidvoll aus. (15)

Allein das künftige Leid kann vermieden werden. (16)

Da die Identifikation des erkennenden Subjekts mit dem erkannten Objekt der Ausgang allen Leidens ist, kann es vermieden werden. (17)

~~~



## D: Der Erkennende und das Erkannte

Das Erkannte ist seiner Natur nach lichthaft, wandelbar und träge. Es existiert in Gestalt (anorganischer) Elemente und sinnbegabter Wesen und steht im Dienst der Erfahrung und Selbstbefreiung. (18)

Die Bestimmung der grundlegenden Energie - Zustände (gunas) weist dieselben als geschieden und ungeschieden, spezifisch und unspezifisch aus. (19)

Der Seher ist die Verkörperung der absoluten Schau. In sich völlig rein, hält er doch das fluktuierende Wechselspiel geistig-seelischer Kräfte (buddhi) in seiner Kontrolle. (20)

Seiner inneren Bestimmung nach steht das Erkannte im Dienst des rein Erkennenden (puruṣa). (21)

Mag sich der Objektcharakter des Erkannten für den Erfüllten auch auflösen, so besteht er doch weiter für die anderen auf Grund ihrer gemeinsamen Erfahrung. (22)

Die Beziehung zwischen dem Seher und dem Gesehenen lässt die wahre Natur der Objektwelt in ihrem Verhältnis zur existentiellen Identität des reinen Subjekts erkennen. (23)

Die Ursache der identifizierenden Verbindung

beider ist das Nicht-Wissen. (24)

Die Auflösung dieser scheinbaren Verbindung  
zwischen beiden beschreibt den abgelösten  
Seelenfrieden des Sehers. (25)

~~~

E: Der achtfache Yoga-Pfad

Die klare und unbeeinträchtigte Schau der Unterscheidung ist das Mittel, aus der Irre herauszuführen. (26)

Dem, der die unterscheidende Schau realisiert hat, stellt sich die Weisheit in siebenfacher Gestalt dar. (27)

Durch die Übung in den verschiedenen Grundanforderungen des Yoga werden alle Unreinheiten verbrannt. Daraus entzündet sich eine erleuchtete Wahrnehmung, die in der unterscheidenden Erkenntnis (viveka) gipfelt. (28)

Äußere (yama) und innere Zucht (niyama), Körperhaltung (asana), Atemdisziplin (pranayama), Zurückziehen der Sinne (pratyahara), Konzentration (dharana), Meditation (dhyana) und tiefe Versenkung (samadhi) sind die acht Stufen des Yoga. (29)

Gewaltlosigkeit (ahimsa), Wahrhaftigkeit (satya), Nicht-Stehlen (asteya), reiner Lebenswandel (brahmacharya) und Preisgabe von Habsucht sind die fünf Regeln der äußeren Disziplin (yama.). (30)

Diese Enthaltungsregeln beschreiben das große Gelübde, das sich universaler Geltung erfreut, uneingeschränkt durch Geburt, Ort,

Zeit oder sonstige Umstände. (31)

Reinheit, innere Gefasstheit, Selbstzucht, Textstudium und Hingabe an Gott sind die Regeln der inneren Disziplin. (32)

Wird die Beachtung dieser Enthaltungsregeln durch störende Gedanken untergraben, so sollte man über ihr Gegenteil meditieren. (33)

Handlungen, die verkehrtem Denken entspringen, wie Gewalttätigkeit usw., werden entweder getan, veranlasst oder gebilligt, sind entweder von Zorn, Gier oder Verwirrung her motiviert und können in schwacher, mittlerer und starker Intensität auftreten. Dass sie die Ursache unendlichen Leidens und unendlicher Verblendung sind, ist die Meditation über die gegenteilige Wirkung (der Regeln). (34)

Wer fest gegründet in der Haltung der Gewaltlosigkeit ist, vermag allen feindseligen Wesen die Schwingung des Friedens zugute kommen zu lassen. (35)

Ist Wahrhaftigkeit einmal fest in der Seele verankert, so geht von den Taten eine fruchtbare Wirkung aus. (36)

Ist man in Nicht-Stehlen fest gegründet, so kommen einem die Schätze des Lebens von

selbst zu. (37)

Ist man in reinen Lebenswandel tief eingewurzelt, so fließt einem große Kraft zu. (38)

Vollendung im Nicht-Besitzergreifen vermittelt einem die Schau vergangener und künftiger Existenzen. (39)

Aus der Übung der Reinheit entwickelt sich eine Abneigung gegen den eigenen Körper und gegen den Kontakt mit anderen Körpern. (40)

Innere Reinheit, ein harmonisches Gefühlsleben, Konzentrationskraft, Sinnesbeherrschung und die Schau des eigenen innersten Wesens werden auf diese Weise erworben. (41)

Der abgelöste Seelenzustand vermittelt einem unübertreffliche Heiterkeit. (42)

Die Verbrennung der Unreinheiten durch die Übung der Entsagung lässt einen tadellosen Körper und Sinnes-Organismus entstehen. (43)

Durch eigenes Studium tritt man in Kommunion mit der gewünschten Gottheit. (44)

Durch Hingabe an Gott erlangt man den vollkommenen Versenkungszustand (samadhi). (45)

Asana ist die Einnahme einer bewegungslosen und angenehmen Körperhaltung. (46)

Dies Grundhaltung des Sitzens erfährt durch gründliche Entspannung und Ausrichtung des Geistes auf das Unendliche hin ihre Vollen-
dung. (47)

Daraus ergibt sich ein Zustand der Unbetrof-
fenheit von gegensätzlichen Bedingungen (wie
Hitze und Kälte usw.). (48)

Ist man darin fest gegründet, so folgt die
Atemkontrolle (pranayama) als Regulierung
des aus- und einströmenden Atemflusses. (49)

Dies Atemregulierung wirkt sich im Aussto-
ßen, Einziehen und Anhalten des Luftstromes
aus, so dass der ganze Vorgang lang und sub-
til wird, gemäß Ort, Dauer und Zählung des
Atems. (50)

Die vierte Form der Atemregulierung über-
steigt den Bereich äußerer und innerer Be-
grenzung. (51)

Dadurch wird der Schleier des manifesten
Seins gelüftet. (52)

Der Geist wächst so in der Festigkeit der
Konzentration (dharana). (53)

Wenn sich die Sinne von ihren Objektentspre-
chungen ablösen, werden sie sozusagen in die
Natur des Geistes verwandelt. Dieser Vorgang
heißt „Zurückziehen der Sinnesorgane“ (pra-

tyahara). (54)

Dies bringt die vollkommene Kontrolle der
Sinnesorgane zuwege. (55)

Teil III

Über die außersinnlichen Kräfte (vibhuti pada)

A: Der achtfache Yoga-Pfad (Fortsetzung)

Dharana oder Aufmerksamkeit ist die Konzentration des Geistes auf einen spezifischen Punkt inmitten der Leere des Raumes. (1)

In dieser Konzentration wird die einstimmige Bewegung des ausgerichteten Geistes Dhyana oder Meditation genannt. (2)

Wenn einzig das Objekt der Meditation im Geiste aufscheint, jeglichen Gedankens an das eigene Selbst ledig, so wird dieser Versenkungszustand samadhi genannt. (3)

~~~



## B: Von der Versenkung zur Sammlung

Diese drei werden in ihrer Einheit Sammlung (samyama) genannt. (4)

Durch deren Meisterung dämmert das Licht der Weisheit. (5)

Samyama muss auf verschiedenen Übungsstufen angewandt werden. (6)

Diese drei bilden den inneren Kern der Übung im Verhältnis zu den vorher genannten Erfahrungsstufen. (7)

Doch sind auch sie noch als äußerlich zu betrachten im Hinblick auf den Zustand der keimlosen Versenkung. (8)

Die Beruhigung der latenten Erregungsströme des Wachbewusstseins und das Aufkeimen latenter Impulse aus der Leere des nun überwiegenden stillen Versenkungszustandes beschreibt die Verwandlung des Geistes in den Ruhezustand (nirodha parinama). (9)

Der ruhevollere Bewusstseinsstrom wird durch die latenten Eindrücke des Versenkungszustandes in seiner Bahn gehalten. (10)

Die Abkehr von einer wahllosen Zerstreuung der Aufmerksamkeit durch die Gegenstände der Objektwelt und die Entwicklung eines ein-

spitzigen Geisteszustandes wird als Verwandlung in den Zustand der Versenkung (samadhi parinama) beschrieben. (11)

Hier, im Zustand der Versenkung, lässt die stete Rückkehr der Aufmerksamkeit zu demselben Objekt der Konzentration (der Wechsel in der Haltung der Ruhe und neuer Aufmerksamkeitslenkung) die Verwandlung in den Zustand der Konzentration (ekagrata parinama) entstehen. (12)

Durch diese drei Verwandlungen erklären sich die Veränderungen, die von den Körpern und Sinnesorganen Besitz ergreifen im Hinblick auf deren Beschaffenheit, Merkmale und Zustände. (13)

~~~

C: Die yogische Realität

Das Subjekt des Bewusstseins mit seinen spezifischen Eigenschaften (dharmi) ist denselben Wandlungen wie die phänomenale Welt ausgesetzt: Unbeweglichkeit (santa), Erwachen oder Aktivität (udita) und das Unbestimmte-Unmanifeste (avyapadesya) (= Geisteszustände, die das Vergangene, Gegenwärtige und Zukünftige umfassen). (14)

Die unterschiedliche Abfolge in der Ereigniskette der Dinge erklärt die unterschiedlichen Verwandlungsarten. (15)

Wissen um Vergangenes und Zukünftiges entsteht, indem man die Sammlung (samyama) auf die drei Arten der Verwandlung (parinama) anwendet. (16)

Wort, gemeinter Gegenstand und Vorstellungsinhalt (Laut + Objekt + Bedeutung) überschneiden sich und laufen in einem irritierenden Bewusstseinsdruck zusammen. Wird samyama auf jedes dieser drei getrennt angewandt, so gelangt man zum Verständnis der Sprache der Lebewesen. (17)

Durch die Vergegenwärtigung latenter Bewusstseinsdrücke (samskara) wird die Erkenntnis früherer Inkarnationen möglich. (18)

Wendet man die Sammlung auf die Vorstellungen an, so erlangt man Einblick in die Gedanken anderer. (19)

Die Quelle des Gedankens jedoch wird nicht direkt erfahrbar, weil dieselbe nicht Gegenstand der yogischen Betrachtung ist. (20)

Wendet man die Sammlung auf die sichtbare Körpererscheinung an, so wird die Wahrnehmbarkeit derselben unterbunden. Indem der Sehstrom im Auge des Betrachters unterbrochen wird, verschwindet das Beobachtungsobjekt von der Bildfläche. (21)

Karmische Wirkungen fallen schnell oder langsam auf ihren Träger zurück. Indem man die Sammlung auf dieselben oder die der Entwicklung vorgreifenden Anzeichen anwendet, erlangt man Vorauswissen vom Tode. (22)

Wendet man die Sammlung auf Güte und andere entsprechende Tugenden an, so erlangt man seelische Kraft. (23)

Durch die Anwendung der Sammlung auf die physische Kraft kann man die Stärke eines Elefanten erwerben. (24)

Richtet man das volle Ausmaß der Sammlung auf die strahlende Lichtkraft der höheren Sinneswahrnehmung, so erlangt man Wissen subtiler, verborgener oder entlegener Dinge.

(25)

Die Sammlung auf die Sonne hin (Solarbereich des Körpers) verleiht Wissen von den kosmischen Sphären. (26)

Die Sammlung auf den Mond hin (Lunarbereich des Körpers) vermittelt Wissen von der Ordnung der Gestirne. (27)

Die Sammlung auf den Polarstern hin lässt die Bewegung der Sterne erkennen. (28)

Die Sammlung auf das Nabelzentrum hin verleiht Wissen von den innerlichen körperlichen Prozessen. (29)

Die Sammlung auf das Kehlkopfzentrum hin vermag Hunger und Durst in Zaum zu halten. (30)

Innere Gelassenheit wird erworben durch Sammlung auf die Brusthöhle. (31)

Richtet man die Kraft der Sammlung auf das Licht im Scheitel des Schädels, so kann man die körperlosen Wesen (siddhas) schauen. (32)

Durch den Erkenntnisfunken der Intuition (pratibha) kann alles durchdrungen werden. (33)

Durch Sammlung auf das Herz hin erlangt man Wissen um die Natur des Geistes (citta).

(34)

Erfahrung (von Freude und Leid) verdankt sich jener Fehlidentifikation, die zwischen den beiden existentiell verschiedenen Wesenheiten (buddhisattva und purusa) des Menschen, seiner psycho-physischen Natur und seiner reinen Geist-Identität nicht unterscheidet. Solche Welterfahrung wird einzig im Dienste des reinen „inneren Menschen“ (purusa) gemacht. Deswegen erlangt man durch Sammlung auf den Wesensunterschied zwischen Buddhi und Purusa die Innewerdung des eigenen Wesenskerns. (35)

Aus der Selbsterfahrung des Purusha ergibt sich blitzartig intuitives Wissen zusammen mit übernormaler Entwicklung des Gehör-, Tast-, Gesichts-, Geschmacks- und Geruchssinnes. (36)

Diese Kräfte sind der Erlangung von samadhi insgesamt hinderlich. Als übernormaler Erwerb sind sie an den fluktuierenden Geisteszustand gebunden. (37)

Wird die Geist-Körper-Verbindung gelockert und die Bewegung des Geistes zu Bewusstsein gebracht, so erlangt man die Fähigkeit, in andere Körper einzugehen. (38)

Durch Meisterung der aufsteigenden Vitalkraft (udana) durchdringt man ungehindert Wasser, Schlamm oder Dornen, und kann man sich willentlich aus dem Körper hinausprojizieren. (39)

Durch Meisterung der verbindenden Vitalkraft (samana) erlangt man die Leuchtkraft des eigenen Körpers. (40)

Durch Sammlung auf die Beziehung zwischen dem Raumäther (akasa) und der Hörkraft erlangt man ein göttliches Gehör. (41)

Durch Sammlung auf das Verhältnis zwischen Körper und Raumäther und durch Konzentration auf die Leichtigkeit von Baumwolle erlangt man die Fähigkeit, sich frei durch die Lüfte zu schwingen. (42)

Der außerkörperliche Bewusstseinszustand, der die Beziehung zum Leib unterbindet, wird der „große Körperlose“ genannt. Die Sammlung auf diesen Zustand hin beseitigt die Hindernisse, die einer Erleuchtung des ganzen Wesens im Wege stehen. (43)

Durch Anwendung der Sammlung auf die grobe Gestalt, die spezifische Beschaffenheit, die feineren Schichten (tanmatra) und das existentielle Wesen (Sinnbezug) der Elemente (bhutas) erlangt man Meisterschaft über sie. (44)

Daraus ergeben sich außergewöhnliche Kräfte, wie die beliebige Selbstverkleinerung des Körpers auf die Größe eines Atoms, andere körperliche Vollkommenheiten und die physische Unverletzbarkeit. (45)

Körperliche Vollkommenheit bezieht sich auf Schönheit, Anmut, Kraft und diamantene Härte. (46)

Wendet man die Sammlung auf die Empfänglichkeit, das Eigenwesen, den Ich-Sinn, die eingeborene Beschaffenheit und Bedeutung der fünf Sinnesorgane an, so erlangt man Meisterschaft über dieselben. (47)

Daraus ergibt sich die Kraft der geistanalogen blitzartigen Fortbewegung des Körpers, der außerkörperlichen sinnlich-instrumentellen Aktivität und die Meisterschaft über die erste Wirkursache der Urnatur. (48)

Wer in der wesenhaften Unterscheidung zwischen Buddhi und Purusa fest gegründet ruht, erlangt Allmacht und Allwissenheit. (49)

Durch Entsagung selbst dieser Errungenschaften wird die Saat aller Negativität ausgemerzt und die endgültige Freiheit erworben (kaivalya). (50)

Selbst die Einladung durch hochgestellte göttliche Wesen sollte einen unberührt las-

sen und nicht zur Eitelkeit verführen, weil sich daraus unerwünschte Konsequenzen ergeben könnten. (51)

Unterscheidendes Wissen erlangt man durch Anwendung der Sammlung auf die Augenblicke und ihre spezifische zeitliche Abfolge. (52)

Die spezifischen Objekte dieser unterscheidenden Erkenntnis betreffen Gattung, Merkmale, örtliche Lage zweier scheinbar gleicher und doch unterschiedlicher Dinge, deren Verschiedenheit auf diese Weise erkannt wird. (53)

Unterscheidende Erkenntnis ist ihrem Wesen nach intuitiv, allumfassend und von den Gesetzen zeitlicher Abfolge unbeeinträchtigt. (54)

Mit oder ohne den Erwerb der unterscheidenden Erkenntnis gelangt man zur absoluten Freiheit (kaivalya), wenn der mental bedingte Mensch (buddhisattva) und die geistige Wesensidentität (purusa) zueinander im Verhältnis völliger Reinheit stehen. (55)

Teil IV

Über die Freiheit (Kaivalya Pada)

A: Mensch und Natur

Übernormale Kräfte (siddhis) sind geburtsbedingt oder durch Pflanzen (Drogen), Mantras, Askese und Versenkung (samadhi) erwerbbar.

(1)

Der Übergang von Körper und Sinnesorganen in eine andere Gattung geschieht durch die Selbstverwandlung eingeborener Tendenzen aus dem Schoß der Urnatur. (2)

Menschliche Kausaleinflüsse setzen die Natur nicht in Bewegung. Ihnen obliegt lediglich, hinderliche Barrieren fortzuräumen, ähnlich der wasserregulierenden Tätigkeit eines Bauern auf dem Felde. (3)

Jegliches individuelle Bewusstsein ist vom Ich-Sinn her konstituiert. (4)

Doch ist ein Geist der geheime Drahtzieher hinter der bunten Fülle von Aktivitäten der individuellen Bewusstseinträger. (5)

Dabei ist das aus der Meditation aufkeimende Bewusstsein frei von latenten Spannungsimpulsen. (6)

Die Handlungen eines Yogis sind weder weiß noch schwarz, wohingegen die Handlungen anderer von dreifacher Natur sind (licht, dunkel, gemischt). (7)

Die letzteren manifestieren sich in den unterbewussten Eindrücken mit ihren entsprechenden Folgeerscheinungen. (8)

Auf Grund der Übereinstimmung im Wesen der Erinnerungen (smrti) und der ihnen entsprechenden Eindrücke gelangen die unbewussten Impulse (samskara) gleichzeitig zur Wirkung, selbst wenn sie durch die Umstände von Geburt, Zeit und Ort getrennt sein mögen. (9)

Aus der ewigen Dauer des Wunsches nach Selbsterhaltung folgt, dass der ihm zugrunde liegende unbewusste Impuls seinerseits anfangslos sein muss. (10)

Da die unbewussten Eindrücke zusammengehalten werden durch die Ursache, das Ergebnis, den psychischen Nährboden und die gegenständlichen Bedingungen, an denen sie sich manifestieren, verschwinden sie mit der Auflösung der letzteren. (11)

Vergangenheit und Zukunft sind in Wirklichkeit dem gegenwärtigen Moment unverlierbar beigegeben. Lediglich den unterschiedlichen Zeitstufen (Zeitabständen) verdanken sich die unterschiedlichen Eigenschaften der Din-

ge. (12)

Allzeit gegenwärtige Eigenschaften sind manifest oder subtil und entsprechen in ihrem Zusammenspiel den drei Grundkräften (Seinsmodalitäten = Gunas) der Urnatur. (13)

~~~

## B: Mensch, Bewusstsein und Welt

Einheit in der Verwandlung ist das Grundprinzip der Dinge. (14)

Zwar ist die Objektwelt in ihrer Identität gegeben, doch verläuft sie in anderen Bahnen als das subjektive Bewusstsein. Das erklärt, warum beide von grundsätzlich unterschiedlicher Natur sind. (15)

Die objektive Welt hängt nicht vom subjektiven Bewusstsein ab. Wenn dem so wäre, was würde geschehen, wenn kein erkennender Geist vorhanden wäre. (16)

Äußere Objekte bieten sich dem Geist an oder entziehen sich ihm, je nachdem wie sie den Geist einfärben. (17)

Wegen der Wandellosigkeit des reinen Bewusstseins (purusa), dem der begrenzte Geist unterworfen ist, sind die Wandlungen des letzteren ihrem Herrn immer offenbar. (18)

Der begrenzte Geist ist nicht die Kraft der Selbsterleuchtung, da er selbst in den Bereich des Gewussten fällt (der objektgebundenen Erkenntnis). (19)

Beide (Sehender und Gesehenes) können nicht gleichzeitig erkannt werden. (20)

Würde der begrenzte Geist durch einen anderen begrenzten Geist erleuchtet werden, so gäbe es eine endlose Folge gegenseitiger „intellektueller Erleuchtung“ und ein verwirrendes Spiel im Haushalt der Erinnerungen. (21)

Wenn der gereinigte Geist wie in einem Spiegel die unverdorbene Natur des außerempirischen Bewusstseins reflektiert, wird er sich seiner eigenen intelligenten Natur bewusst (buddhi). (22)

Durchdringt das Bewusstsein sowohl den Seher wie das Gesehene, so ist es allumfassend. (23)

Obwohl der begrenzte Geist durch unzählige unterbewusste Eindrücke spezifisch eingefärbt ist, steht er doch in einem dienenden Verhältnis zu einem anderen (dem purusa). (24)

~~~

C: Schöpferische Spontaneität

Für denjenigen, der die unterscheidende Schaukraft (des Purusa) verwirklicht hat, endet der Kreislauf selbstgezogener Erkenntnis. (25)

In diesem Zustand tendiert der Geist zum unterscheidenden Wissen und strebt in natürlicher Weise der absoluten Loslösung zu (kai-valya). (26)

Durch die Brüche (in der unterscheidenden Erkenntnis) entstehen neue mentale Schwingungen, die sich den verbleibenden unterbewussten Eindrücken verdanken. (27)

Es ist erwähnt worden, dass deren Beseitigung demselben Vorgang angehört wie die Auflösung der leidvollen Spannungen. (28)

Indem der Yogi selbst das Interesse an der Allwissenheit einbüßt, die durch die Kraft der unterscheidenden Erkenntnis geboren wurde, führt ihn die allumfassende Schau auf die Höhe einer Sammlungsstufe, welche als „Wolke der Kosmischen Ordnung“ bezeichnete wird. (29)

Hier gelangen die Auswirkungen leidvoller Spannungen und Handlungen endgültig zur Ruhe. (30)

Die Unendlichkeit einer Erkenntnis, aller verunreinigenden Hüllen einmal entledigt, lässt wenig Wißbares noch übrig. (31)

Auf diesem Erkenntnisstand kommt auch das Wechselspiel der kosmischen Grundkräfte (gunas), ihrer Erfüllung nun endgültig zugeführt, zum Stillstand. (32)

Das den einzelnen Momenten angehört, ist eine Kette aufeinander folgender Ereignisse, die geschaut wird, wenn der Wandel sich erfüllt. (33)

Losgelöstheit (kaivalya) ist ein Bewusstseinszustand, frei von der Wirkung der Grundkräfte (gunas), ein Zustand höchsten Bewusstseins, gegründet auf die Schau der eigenen Wesensidentität. (34)
