

**JÑĀNA-YOGA:
DER HINTERGRUND UND
DIE VERSCHIEDENEN DEUTUNGEN**

*Seminararbeit zur Vorlesung
«Der sogenannte Hinduismus»*

**Dr. G. Schmid
Sommersemester 1988**

Von Gunna Mahler-Görges, Schaffhausen

| | |
|--|----|
| Vorwort..... | 3 |
| 1. Jñāna-Yoga: Der Hintergrund und die verschiedenen Deutungen..... | 5 |
| 1.1. Die offene Frage der Ganzheit | 4 |
| 1.2. Die Frage der Kreativität bzw. Kausalität | 6 |
| 1.3. Die zwei Möglichkeiten, Jñāna-Yoga zu deuten..... | 7 |
| 1.4. Jñāna-Yoga und die vier Gruppen von Erfahrungen bzw. Wissenschaften | 8 |
| 1.4.1. Die allgemeine Erfahrung der Wirklichkeit..... | 8 |
| 1.4.2. Die innere (subjektive) Forschung | 10 |
| 1.4.3. Die äussere (objektive) Forschung..... | 10 |
| 1.4.4. Die Ideenwirklichkeit | 10 |
| 1.5. Die zwei Wahlmöglichkeiten | 11 |
| 1.6. Die beiden Bedeutungen von Bewusstsein | 12 |
| 2. Literaturdokumentation über Jñāna-Yoga | 14 |
| 2.1. Allgemeine Bemerkungen | 14 |
| 2.2. Historische Aspekte | 14 |
| 2.3. Zusammenfassung einzelner Literatúrauszüge über Jñāna-Yoga..... | 17 |
| 2.3.1 F. Heiler: Die Übungsmystik des Yoga..... | 17 |
| 2.3.2 K. Werner: Yoga and Indian Philosophy..... | 17 |
| 2.3.3 H. Zimmer: Der Weg zum Selbst..... | 19 |
| 2.3.4 S. Vivekananda: Jnana-Yoga. Der Pfad der Erkenntnis | 21 |
| 2.3.5 S. Pavitrananda: Was Yoga ist | 23 |
| 2.3.6 H. U. Rieker: Die zwölf Tempel des Geistes | 24 |
| 2.3.7 L. -R. Lütge: Kundalini - Die Erweckung der Lebenskraft | 25 |
| 2.3.8 W. Lindenberg: Die Menschheit betet..... | 26 |
| 2.3.9 S. R. Yesudian und E. Haich: Yoga in den zwei Welten | 26 |
| Literaturverzeichnis | 27 |
| Zitierte Literatur: | 27 |
| Konsultierte Literatur:..... | 28 |
| Gesichtete, aber nicht verwendbare Literatur: | 28 |

Vorwort

Schon länger hat mich die Frage beschäftigt, was Jñāna-Yoga ist. Anlässlich der Vorlesung "Der sogenannte Hinduismus" im Sommersemester 1988 (Zürich) bei Dr. G. Schmid bin ich dieser Frage nachgegangen. Die Ergebnisse dieser Auseinandersetzung sind in der vorliegenden Seminararbeit dargelegt.

Ich habe mich von zwei Seiten dem Thema der Arbeit "Jñāna-Yoga: Der Hintergrund und die verschiedenen Deutungen" genähert:

Erstens ausgehend vom Standpunkt der allgemeingültigen Logik (zur Definition siehe Kap. 1.4.1.), zweitens von der aufgefundenen Literatur über Jñāna-Yoga herkommend (siehe Kap. 2.3.1.–2.3.9.).

Das erste Kapitel umfasst eine prinzipielle Diskussion des Themas. In der darin aufgeworfenen These werden zwei grundsätzlich verschiedene Möglichkeiten, Jñāna-Yoga zu deuten, unterschieden. Das zweite Kapitel illustriert die im ersten Kapitel aufgestellte Annahme anhand gefundener Literaturauszüge über Jñāna-Yoga.

Bei den im zweiten Kapitel zusammengefassten Literaturartikeln habe ich mich an die Sanskrit-Transkriptionen der jeweiligen Autoren gehalten.

1. Jñāna-Yoga: Der Hintergrund und die verschiedenen Deutungen

1.1. Die offene Frage der Ganzheit

Für alle Menschen hat sich seit jeher die offene Frage der Ganzheit gestellt, weil der Zusammenhang, die Einheit der Wirklichkeit nicht sichtbar und greifbar ist. Was wir sehen, ist Leerraum und die Vielfalt von Körpern, wobei alles von der Veränderlichkeit geprägt ist. Dies aktualisierte immer die für den Menschen typische Gedankendisziplin, die von den Griechen Philosophie genannt und in der indischen Tradition mit Jñāna-Yoga bezeichnet wurde. Beide weisen auf die Weisheit hin, weil man immer der Ansicht war, dass eine korrekte Stellungnahme zur Ganzheit der Schlüssel zur Weisheit ist. Was die Menschen schon immer verwirrt hat, war, dass es zwei Möglichkeiten gibt, die Ganzheit zu denken:

a) **als absolute Ganzheit**, die aus sich selber heraus aktiv ist und ihre Aktivität, Natur gegenüber den Teilen als ein sinnvolles biologisches Verhältnis ausdrückt mit dem Sinn, volles emotionales Verhältnis zwischen bewussten Wesen zu ermöglichen. Den ganzen Sinn und die primäre Aktivitätspotenz repräsentiert da die Ganzheit. Die Teile können sich nur als Teile gegenüber dieser aktiv ausgedrückten Natur der absoluten Ganzheit verhalten. Rein formal gesehen, ähnlich wie der Körper als ganzer Organismus ein biologisches Verhältnis zu seinen Zellen und die Zellen ein biologisches Verhältnis zum Körper haben, mit dem Unterschied, dass hier nicht ein voller emotionaler Austausch zwischen bewussten Wesen organisiert ist.

Diese Anschauung bedingt den absoluten Glauben an die Ganzheit, in der Einsicht, dass ein voller emotionaler Austausch die Perspektive der technisch bedingungslosen Freiheit, Getrenntheit fordert, unserem Erlebnis des leeren Raumes entsprechend. Dies stellt den Gegensatz dar zu der nicht emotionalen Bindung, die wir als ineinander greifendes, mechanisches, physikalisches und chemisches Verhältnis erfahren und bis zu einer gewissen Grenze berechnen, "verstehen" können. Wir erleben diese mechanische Bindung deshalb als Wissen, Macht und Ausgangspunkt für schöpferisches Können (Kunst, Technologie), weil sie uns die Möglichkeit gibt einzugreifen, zu formen und zu verändern.

Das Sichtbare, Greifbare und Veränderliche wird demgemäß nicht als die ursprüngliche Existenz der Wirklichkeit, sondern als deren Tätigkeit, Schöpfung gedeutet. Diese sinnvolle schöpferische, überall gegenwärtige, aber nicht greifbare Ganzheit kann nur als *Gott* gedacht werden, weil ein Sinn nur vom Bedürfnis eines bewussten Wesens hergeleitet werden kann.

Das für die Schöpfung vorliegende Bedürfnis Gottes, also der Ganzheit, kann selbstverständlich nicht wie unsere physiologischen Bedürfnisse mit Existenzerhaltung zu tun haben, sondern muss das Bedürfnis des Bewusstseins sein, d. h. der unlöschbare Wunsch, sich in anderen bewussten Wesen ohne Zwang bedingungslos spiegeln zu können. Dieses Bedürfnis des Bewusstseins ist das Bedürfnis der Liebe, des vollen emotionalen Verhältnisses, d. h. der freien Gegenseitigkeit als Gleichbewusste, das auch uns bekannt ist. Dieses Bedürfnis kann nur als ein machtloser Wunsch ohne jede Möglichkeit der Gewalt erlebt werden. Wegen seiner Unlöschbarkeit ist es das absolute, nie ruhende Bedürfnis, das im Grunde über alle Bedürfnisse und Kräfte regiert. Wenn aber der Mensch dem Gegensatz, d. h. dem Wissen und der Macht, der Möglichkeit zu kontrollieren, zu formen und zu verändern, Priorität gibt, will er selbstverständlich nichts von Glauben an ein technisch nicht kontrollierbares, nur durch Nachdenken erreichbares Verhältnis zur Ganzheit wissen. Dies ergibt dann die andere Alternative, sich die Ganzheit zu denken.

b) als relative Ganzheit, die von zufällig bzw. zeitlich organisierten Teilen immer wieder neu organisiert wird. Die Ganzheit besteht da nicht als etwas Selbständiges, hat keine eigene Existenz, repräsentiert keinen eigenen Sinn, sondern existiert nur als ein ideelles Verhältnis, das von den Teilen für die Teile durch Gesetzgebung, Vorbilder, Kulthandlungen, Zwang bestimmt wird. So wie z. B. die Schweiz eine von den Schweizern für die Schweizer immer wieder neu organisierte Ganzheit darstellt. Diese Annahme, bezogen auf die totale Wirklichkeit, setzt keinen absoluten (auf Ungreifbarkeit und Machtlosigkeit gegründeten) Glauben an die Ganzheit voraus, sondern zieht nur das unumgängliche Wissen von biologischen und mechanischen Naturgesetzen, den Eindruck von Leerraum und die Veränderlichkeit der Teile in Betracht. Das Wissen um die bestehenden Naturgesetze zwingt zur Annahme einer Ganzheit, d. h. einer Ordnung, die alle Teile einschliesst. Der Eindruck von Leerraum, die Erfahrung der Relativität jeder mechanischen Bindung und die dadurch bestehende Möglichkeit, die greifbare Wirklichkeit (Teile) zu verändern, ermuntern weiterhin zur Annahme, dass die Ordnung trotz der Gegensätzlichkeit relativ ist, von der Veränderlichkeit der Teile abhängig. Aus dieser Annahme, die auf die sichtbare und erforschbare Veränderlichkeit baut, folgt der Gedanke an Entwicklung (Evolution - Involution und Progression - Regression) des Bewusstseins, also der Gedanke an Entwicklung des Wissens und Könnens (siehe Kap. 1.6 , Punkt 2).

Die Ganzheit repräsentiert hier keinen persönlichen Willen (Bedürfnis, Sinn), sondern nur einen aus Gesetzen bestehenden Rahmen, der die Teile indirekt zu einer hierarchischen Einordnung, Organisation zwingt.

Diese beiden Anschauungen der Ganzheit schliessen einander aus und können als Gegensätze betrachtet werden. In beiden Fällen geht es jedoch um die Frage der Kreativität bzw. Kausalität.

1.2. Die Frage der Kreativität bzw. Kausalität

Im ersten Fall a) denkt man sich die Kausalität und Kreativität, Ursache und Sinn, zusammenfallend, als eine einzige sinnvolle Ursache. Diese Ursache stellt ein absolutes Hindernis dar für das von den Teilen ausgehende technische Wissen. Es ist nämlich für die Teile unmöglich, die Aktivität (Kausalität) technisch (formal) von der Ganzheit herzuleiten. Nur das technische Prinzip (Schwingung) und den Sinn (emotionales Verhältnis durch Bewusstseinspiegelung) können die Teile anhand eigener Erfahrung verstehen. Darin liegt auch der Grund für die Notwendigkeit des absoluten, machtlosen, jedoch nicht blinden Glaubens an die Ganzheit. Dieser Glaube braucht nicht blind zu sein, weil eine überzeugende Gewissheit, ob diese Ganzheit existiert oder nicht und mit welchem Sinn, logisch gewonnen werden kann, wenn man vom Sinn ausgehend die Annahme dieser Ganzheit gegenüber allem Wissen überprüft, ohne auf Widersprüche zu stossen. Umstände oder eine Aktivität können nur dann als logisch oder nicht logisch erkannt werden, wenn sie einen Sinn haben und der Überprüfer den Sinn kennt. Die Überprüfung muss an der Oberfläche des Daseins, also im Rahmen der allgemeingültigen Logik, erfolgen, weil der einheitliche Sinn hier so weit wie möglich zum Ausdruck kommt, ohne dass Forschung dieser Klarheit etwas hinzufügen könnte.

Im zweiten Fall b), wo es sich um die relative Ganzheit handelt, denkt man sich die Ursache (Gesetze) und den Sinn getrennt. Es gibt so viele Ursachen (Bedürfnisse, Willen) der Kreativität, wie es Teile gibt (Pluralismus). Die Teile fühlen sich zwar in ihrer Kreativität abhängig von Gesetzen, aber man denkt sich die Gesetze nur mechanisch und meint, dass die Teile die Freiheit haben, den Sinn und damit die Ordnung, welche die Ganzheit ausmacht, selber zu bestimmen. Lässt man den Sinn hinter einer Bestimmtheit, also die Logik, den Gedanken an eine Ordnung, weg, so ist die Vorstellung einer mechanischen Kausalität (Gesetze) da, auch wenn es sich um biologische, also sinnvolle Bestimmungen handelt. Diese begrenzte, nur auf Mechanik, nicht auf den Sinn hinweisende Ursachenerklärung zwingt die Teile, weiter über die Frage der Kausalität nachzudenken und in der pluralistischen Richtung endlos weiterzuforschen, ohne je eine zufrieden stellende Lösung zu finden.

Eine volle Kausalität ergibt sich nur dann, wenn man eine Aktivität auf einen Sinn zurückführen kann. Die volle Kausalität ist deswegen die biologische, die in vier Komponenten aufge-

teilt werden kann: Erstens die Aktivitätspotenz, zweitens den Sinn, drittens die Gestaltung der Ordnung und viertens die zweckmässige Aktivität, die dem Sinn entspricht und eine Zufriedenstellung ermöglicht. Die biologische Kausalität kann entweder absolut oder relativ aufgefasst werden. Wenn man nicht von der Annahme der absoluten biologischen Kausalität (1.1.a) ausgeht, muss das Kausalitätsproblem auf eine unbestimmte Weise gelöst werden, indem man die Probleme nur auf die Naturgesetze zurückführt und dann gezwungen ist, die Frage nach dem Sinn auf die Teile zurückzuführen (relative biologische Kausalität). Auf diese Weise wird die Frage nach dem Sinn, der von den Teilen ausgeht, als erforschbar und formbar erlebt. Wegen dieser zwei möglichen Anschauungen der Ganzheit ist Jñāna-Yoga zweideutig.

1.3. Die zwei Möglichkeiten, Jñāna-Yoga zu deuten

Ausgehend von der **ersten Auffassung** der Ganzheit muss Jñāna-Yoga, wie auch die Philosophie im eigentlichen Sinne als die Wissenschaft der Wissenschaften betrachtet, aktuell gewesen sein als übergreifende Gedankendisziplin mit der Aufgabe, die verschiedenen Yoga-Wege (Fachwissenschaften) zu vereinigen im Verständnis um den einheitlichen Sinn der Ganzheit (Yoga = Joch, anjochen, vereinigen). Dieser so gedeutete Jñāna-Yoga untersucht vom Sinn ausgehend, ob die Ordnung, welche die Ganzheit offensichtlich darstellt, mit dem angenommenen Sinn vereinbar ist. Von einer Ordnung kann nur dann die Rede sein, wenn die geordneten Verhältnisse einem bestimmten Sinn (Bedürfnis) dienen. Auf ähnliche Art und Weise wäre heute eine querverbindende Ganzheitswissenschaft nötig, die man nicht mit den Fachwissenschaften vergleichen kann, weil ihre Aufgabe darin bestehen würde, die Forschungsergebnisse der äusseren und inneren Wissenschaften, also alles Wissen, mit der Annahme der Ganzheit und ihrem Sinn zu vereinigen, also den einheitlichen Sinn der Ganzheit zu finden.

Jñāna-Yoga, auf diese Weise gedeutet, kann also kein Forschungsweg sein, weil der Sinn der Dinge nicht durch Forschung zu entdecken ist, sondern durch sie nur bekräftigt werden kann. Die Überprüfung der Annahme der Ganzheit kann somit nicht schriftlich erfolgen, sondern fordert eine Überprüfung im Dialog. Man könnte sagen, dass der Dialog die mündliche, also lebende Tradition ist, verglichen mit der schriftlichen Tradition, die nur für die Überführung mechanischer Verhältnisse und Vorgänge geeignet ist. Aus diesem Grund gibt es für den so gedeuteten Jñāna-Yoga keine Erkenntnis vermittelnden Schulen und somit auch keine Spuren in der Literatur, weil man den einheitlichen Sinn der Ganzheit letztlich doch gegenüber der allgemein offenbaren Perspektive (der Oberfläche des Daseins) prüfen muss. Einen Sinn kann man nicht in Büchern beschreiben und erklären; man kann nur im Dialog darauf hinweisen.

Beschreibbar ist lediglich der technische Vorgang, der zur Zufriedenstellung der Bedürfnisse notwendig ist, also die Gestaltung der Ordnung und die zweckmässige Aktivität. Wenn man annimmt, dass die Liebe der Sinn, das einheitliche Bedürfnis der Ganzheit ist, worauf eigentlich alle Bedürfnisse zurückgehen, und wenn man die Liebe als Spiegelung zwischen Gleichgesinnten auffasst, kann die Zufriedenstellung praktisch, technisch nur im Dialog erfolgen.

Ausgehend von der **zweiten Auffassung** der Ganzheit wurde und wird Jñāna-Yoga als der intellektuelle Weg, der Weg des Wissens, der Erkenntnis usw. (vgl. die Definitionen in den Literaturzusammenfassungen Kap. 2.3.) und damit als einer der Forschungswege (Fachwissenschaften) neben den anderen Yoga-Wegen aufgefasst.

Wie schon zuvor gesagt, muss man auch hier die Kausalität auf irgendeinen Sinn zurückführen, um zu einer vollständigen Kausalitätserklärung zu kommen. Dies wird möglich, indem man den Sinn auf die Teile, die bewusst sind, zurückführt (Pluralismus) und diesen die Fähigkeit, schöpferisch (ursprünglich) sein zu können, zuschreibt. Aber damit wird das Problem der Ganzheit und Veränderlichkeit nicht gelöst, sondern nur auf den Begriff der relativen Ganzheit reduziert. Teils wird da die Ganzheit relativ, weil sie den Teilen untergeordnet ist, teils werden die Teile als relative Ganzheiten betrachtet, weil sie sich nicht unbedingt in die von den Teilen vorgegebene Ganzheit einfügen müssen. Dies hat einen Zwang zur Hierarchie zur Folge, weil sich die Teile selber einordnen müssen, wenn sie an einer Ordnung (relativen Ganzheit) teilhaben wollen.

1.4. Jñāna-Yoga und die vier Gruppen von Erfahrungen bzw. Wissenschaften

Um heute über die Bedeutung von Jñāna-Yoga, um welchen es hier geht, wie auch über die Philosophie und die querverbindende Wissenschaft hinsichtlich der Frage der Ganzheit sprechen zu können, ist es möglich und notwendig, vier Gruppen von Erfahrungen und damit Wissenschaften klar zu unterscheiden:

1.4.1. Die allgemeine Erfahrung der Wirklichkeit

Damit ist die gewöhnliche Sinneserfahrung gemeint, die wir an der täglich erlebten Oberfläche des Daseins erfahren. Jeder Mensch lernt während des Heranwachsens, das mit der Geschlechtsreife endet, seine existentiellen Bedürfnisse, die von seinem Körper, also von innen kommen (Bedürfnis nach Licht, Wärme, Luft, Wasser, Nahrung, Bewegung, Kommunikation, Fortpflanzung), mit deren Entsprechung in der Umgebung zufrieden zu stellen. Die Zufrie-

denstellung fordert, dass die Bedürfnisse und ihre Befriedigung auf sinnvolle, d. h. logische Weise durch eine Tätigkeit verknüpft werden.

Die Gedankendisziplin, Logik, die bei dieser Art der sinnvollen Kausalitätserfahrung entwickelt werden muss, kann man als die allgemeingültige oder naturbestimmte Gedankendisziplin bezeichnen. Sie ist allgemeingültig, weil die Tätigkeit der ganzen biologisch organisierten Natur von prinzipiell denselben und unvermeidlichen Bedürfnissen (siehe oben) ausgehend verstanden werden kann. Dass wir es hingegen schwer haben, Menschen zu verstehen und sie gewöhnlich als Fremde, Unbekannte und Unbegreifbare erleben, kommt davon, dass der Mensch in seiner Tätigkeit nicht wie die übrige Natur ausschliesslich auf die Befriedigung der naturbestimmten Bedürfnisse eingeschränkt ist, sondern bewusst oder unbewusst an beliebigen Wertungen haften kann. Diese Wertungen wirken dann ebenso identitäts- und tätigkeitsbestimmend wie die naturbestimmten Bedürfnisse und haben die Menschen immer dazu gezwungen, eine besondere Menschenwissenschaft (Psychologie) zu entwickeln, die im Bereich des indischen Kulturgebietes das Problem des Jñāna-Yoga lieferte.

Eigentlich sollte man nur diese von den Bedürfnissen und damit von einem Sinn ausgehende naturbestimmte, allgemeingültige Gedankendisziplin als logisch bezeichnen, weil man einen Sinn nur von einem bewussten Wesen herleiten kann. Das im Verhältnis zum Sinn stehende Denken, das sich auf die biologische Ganzheit bezieht, ist die Vernunft, ein nach dem Sinn suchendes Nachdenken. Es entspricht der Philosophie oder dem Jñāna-Yoga, verstanden als Übergreifende Gedankendisziplin (S. 5 und 6). Seit Aristoteles jedoch wurde der Begriff der Logik auf die technische Kausalität reduziert und in Bezug auf korrekte oder unkorrekte Beschreibungen der Zusammenhänge angewandt. Diese reduzierte, wissenschaftliche Gedankendisziplin, welche die eigene, innere Anknüpfung an die Wirklichkeit (natürliche Bedürfnisse) ausklammert, nennt man seither Logik. Hier geht das Denken von einer mechanischen Ganzheit aus und ist nicht am Sinn, sondern am Aufbau der Wirklichkeit interessiert. Es steht im Verhältnis zur Konstruktion der Ganzheit und kann als Verstand bezeichnet werden, der zur inneren oder äusseren Forschung und zu Jñāna-Yoga, verstanden als Fachwissenschaft, führt (S. 6).

Die zwei folgenden Formen der Erfahrung ergeben sich durch die zwei möglichen Forschungswege, die auf zwei prinzipiell verschiedene Weisen das Verlassen der allgemeingültigen Oberfläche des Daseins fordern.

1.4.2. Die innere (subjektive) Forschung

Hier werden ein tieferes Erkennen der eigenen Existenz (psychologische, parapsychologische, medial-/meditative Erfahrungen) und die sogenannte Transzendenz, d. h. das Überschreiten der Grenze für das gewöhnliche Kausalitätserleben, aktuell. Als Instrument der Forschung dient das eigene Nervensystem.

1.4.3. Die äussere (objektive) Forschung

Sie untersucht den gewöhnlich nicht sichtbaren Aufbau und die Verhältnisse in anderen Körpern (Gegenständen) in der sogenannten objektiven Perspektive, die alle Erscheinungen mathematisch durch messbare Grössen technisch zu beschreiben sucht, ohne Rücksicht auf den wesentlichen Unterschied zwischen bewussten (biologischen) und nichtbewussten (mechanischen) Verhältnissen zu nehmen. Als Instrument der Forschung dient hier die Sinneserfahrung, die seit dem 16. Jh. mit Mikroskop, Teleskop und anderen technischen Verfahren erweitert wurde und im 20. Jh. auch zur Überschreitung der Grenze für das gewöhnliche Kausalitätserlebnis führte, das jedoch nicht wie in der inneren Forschung auch von einer Bewusstseinsveränderung begleitet ist.

1.4.4. Die Ideenwirklichkeit

Diese Art der Erfahrung kommt von der Tradition der Ideenwirklichkeit, die auf der Sprache basiert. Die Tradition kann mündlich, unmittelbar, oder indirekt, in Schrift, Kulthandlungen, Technologien, übersetzt sein. Durch die Sprache erhält der Mensch zusätzlich zur praktischen Erfahrung des Daseins eine theoretische Perspektive zur Wirklichkeit. Die menschliche Sprache ist nicht wie die Laute und Instinkthandlungen der Tiere auf die Kommunikation der existentiellen Bedürfnisse eingeschränkt. Der Mensch übersetzt alle seine Erfahrungen in Sprachsymbole, damit die Sprache auch dem spezifischen Bedürfnis der höchsten relativen Art dienen kann. Dieses Bedürfnis ist, über alles, die ganze Kausalität, sprechen zu können mit dem Ziel, die ganze Wirklichkeit, d. h. die Ganzheit, zu verstehen. Was hier verwirrend wirkt, ist, dass dieses Bedürfnis nicht auf dieselbe Weise als unvermeidlich erlebt wird wie die Zufriedenstellung der existentiellen Bedürfnisse. Das erlaubt dem Menschen, die Ideenwirklichkeit, die durch das Erlernen der Sprache wachgerufen wird, für beliebige Zwecke zu gebrauchen, anstatt eine befriedigende (logische) Antwort auf die offene Frage der äussersten Kausalität zu suchen.

Mit dem Erlernen der Sprache wird jedes Kind in die Ideenwirklichkeit und damit auch in die philosophische, religiöse und wissenschaftliche Tradition der Menschheit eingeführt. Damit

werden den Kindern eine bestimmte oder mehrere sich widersprechende Auffassungen (Glaubensformen) über die Ganzheit beigebracht.

Religion kommt vom lateinischen Wort *religio*, heisst zurückbinden -führen, verbinden, und meint die Übertragung des Gedankenguts (der Ideen) der früher Geborenen auf die Neugeborenen durch die Sprache. Dadurch entsteht der Glaube, dass die Traditionen die Ganzheitstheorien (Philosophien und Religionen) bewahren. Wenn wir die Geschichte anschauen, ist es offensichtlich, dass es das grösste Problem der Traditionen war, die Klarheit zu bewahren gegen die Tendenz zur Verwirrung. Hier bedeutet *Verwirrung*, dass immer mehr irrationale Elemente mit den logischen vermischt werden. Die Tendenz zur Verwirrung besteht, weil der Glaube an die Autorität der Erwachsenen und damit an die Tradition für die Kinder natürlich ist. Die Tradition verliert ihre Polarität und wird leicht ein Selbstzweck, wenn sie nicht von den Kindern im logischen Dialog in Frage gesetzt wird oder gesetzt werden kann bzw. darf. Hier droht immer die Gefahr des blinden Glaubens und des Dogmatismus. Freilich kann keine Theorie ohne Tradition (Sprache, evtl. Schrift) bewahrt werden, aber die Tradition darf nie einseitig doktrinär bleiben und ihre Bestätigung in der Ideenwirklichkeit - entweder historisch in der Vergangenheit oder im Verhältnis zu anderen zeitgenössischen Traditionen - suchen. Die Bestätigung muss gegenüber der Erfahrung der zeitlos offenen Ganzheitsfrage gesucht werden. Diese Erfahrung steht den Kindern am nächsten, solange noch keine erlernten irrationalen Vorstellungen ihr logisches Denken trüben. Die Kinder erleben nämlich die zeitlosen philosophischen Fragen und die damit zusammenhängende Logik während des Heranwachsens (wie schon unter Punkt 1.4.1. erwähnt), das eigentlich das Heranwachsen in die Ganzheit bedeutet. Weil die Erwachsenen die Traditionen auf die Kinder überführen müssen (Sprache), ist es grundlegend für eine sinnvolle und zufriedenstellende Antwort, wie sich die Erwachsenen zur offenen Ganzheitsfrage stellen.

Entscheidend ist dabei, wie man sich von Anfang an die Ganzheit, d. h. die totale Kausalität, das ganze Verhältnis denkt, denn schon hier, im ersten, absoluten Anfang des Denkens trennen sich die Gedankensysteme definitiv, d. h. einander ausschliessend.

1.5. Die zwei Wahlmöglichkeiten

Im äussersten Anfang gibt es nur zwei Wahlmöglichkeiten entsprechend unserer eigenen Erfahrung des Daseins, vermittelt einerseits durch das Bewusstsein, andererseits durch Eindruck, Sinneserfahrung der Umgebung:

Entweder wählen wir als Grund für die Beurteilung der Ganzheit das Prinzip des Bewusstseins, das biologisch bestimmte, subjektive, sinnvolle Bewegtsein und damit die sinnvolle Kausalität als den Ausgangspunkt für das philosophische Denken und das Denken überhaupt, oder dann wählen wir das Prinzip der Bewegung, das mechanisch bestimmte, objektive, bewusstlose Bewegtsein und damit die technisch zwingende Kausalität. Weil es keine dritte Möglichkeit gibt, gibt es im Grunde nur diese zwei Gedankensysteme, die in der Tradition die zwei Deutungen des Jñāna-Yoga (und auch der Philosophie) mit sich führen.

Gewöhnlich, doch täuschend, werden diese zwei Ausgangspunkte des Denkens als Glauben und Wissen in Gegensatz zueinander gestellt. Die Wahl des Bewusstseins und die darauf gegründete Annahme einer sinnvoll bestimmten Kausalität wird als Glauben bezeichnet, weil sie den Glauben an einen Gott und eine Schöpfung bedeutet. Die Wahl der mechanischen Bewegung (Energie) und die darauf gegründete Annahme einer äusserst unbestimmten Kausalität, die unweigerlich den Glauben an Zufall, Chaos, Nichts oder Unbewegtheit (Stillstand) mit sich führt, bezeichnet man hingegen als Wissen. Diese Wertung ist irreführend, zum einen, weil die äusserste (absolute) Frage nie bewiesen (Kriterium des Wissens), also als relativ dargestellt werden kann, zum andern, weil die vier alternativen Glaubensformen (Annahmen) im wesentlichen nur Negationen und nicht Ausgangspunkte für das Denken sind, denn sie schliessen die Kausalität und damit auch das Wissen und Denken aus: Zufall schliesst die Ursache aus, Chaos die Ordnung, Nichts das räumliche (gegenständliche) Etwas, und Unbewegtheit (Stillstand) das Bewusstsein.

1.6. Die beiden Bedeutungen von Bewusstsein

Bewusstsein umfasst in unserem Erlebnis zwei kategorisch unterscheidbare Erfahrungsformen, die uns logisch auf zwei Erfahrungsgründe hinweisen. Logisch deshalb, weil nur der zweite Grund, die Schöpfung, objektiv beweisbar (relativ) ist, kein besonderes Nachdenken benötigt. Der erste Grund, das Sein, ist nicht beweisbar; es ist absolut, weil es jeder rückwirkenden Erfahrung entzogen ist, nur als Eigenschaft des Seins, als Bewusstsein, erlebt werden kann, nicht als Ausgangspunkt (Potenz) für andere Aktivitäten.

Ausgehend von dieser verbindenden Doppelseitigkeit (Sein - Schöpfung) des Bewusstseins entstanden in der Sprache jeweils zwei Deutungen und Bedeutungen von Bewusstsein, die es zu unterscheiden gilt. Denn es ist nicht nur möglich, sondern auch logisch, das Bewusstsein als das eigentliche Verhältnis in der ganzen Wirklichkeit zu denken, anstatt, wie es seit eini-

gen Generationen üblich ist, das Nachdenken über die Verhältnisse auf die Idee der mechanischen Bindung einzuschränken. Die beiden Deutungen von Bewusstsein sind:

1. Das nicht-entwickelbare, unverändert bestehende, absolute oder eigentliche Bewusstsein, gedacht als die Grundeigenschaft des ganzen, absoluten, nicht aufteilbaren Seins, dem wir als gleichbewusste Teile angehören. Bewusstsein, so wie wir es erfahren, ist die Fähigkeit der Emotion, des Bewegtseins, das wir in erster Hand als Selbstgefühl, als Wahrnehmung des eigenen Seins erleben. In zweiter Hand, doch gleichzeitig und untrennbar vom ersten, erleben wir dieses Bewegtsein als die Wahrnehmung der Umgebung, also dessen, was nicht wir selber sind. Was dabei verwirrend wirkt, ist, dass die Wahrnehmung der Umgebung in zwei Kategorien aufgeteilt ist:

- a) in die Wahrnehmung des eigenen Körpers und dessen Aktivität, vermittelt durch das Nervensystem (subjektiv),
- b) in die Wahrnehmung aller anderen Körper und deren Aktivität (Universum), vermittelt durch die Sinneserfahrung (objektiv).

Aus der zweiten Umgebung (b) betrachtet denken wir uns diese Fähigkeit, aus sich selber heraus aktiv zu sein (bewusst zu sein), als die mystische Eigenschaft, die lebende Wesen von Gegenständen unterscheidet. Dies gibt uns dann ca. im vierten Lebensjahr die durch die Sprache vermittelte Idee vom Gegensatz des Bewusstseins (erst als Begriff "tot", wenn etwas Lebendes stirbt, und später als Vorstellung einer mechanischen Funktion), und von dieser Idee ausgehend dann die andere Bedeutung von Bewusstsein.

2. Das relative, entwickelbare Bewusstsein, das eigentlich als Denken bzw. Denkprodukt bezeichnet werden sollte. Dieses Bewusstsein macht den abstrakten Teil unserer durch den eigenen Körper konkret bestehenden Fähigkeit, uns ausdrücken zu können, aus. Es bearbeitet zuerst einmal die subjektiven, "inneren" Eindrücke von unserem Körper (bereits im Mutterleib beginnend), welche durch das Nervensystem vermittelt werden, dann die objektiven Eindrücke von der Umgebung anhand des sukzessiven Bewusstwerdens um alle anderen Körper, die wir über die Sinne erfahren. Der Mensch kann die Gesamtheit der Eindrücke, Sinneserfahrungen speichern und durch das Denken bearbeiten. Das Resultat stellt die Macht der zweckmässigen Routinen dar, die es uns ermöglichen, uns gegenüber der Umgebung sinnvoll verhalten zu können. Dieses Bewusstsein ist das entwickelbare Produkt der Erfahrungen, das als Wissen bezeichnet werden kann.

Für jegliches Denken in der Geschichte war es von Bedeutung, das ursprüngliche, unverändert bestehende Bewusstsein als Voraussetzung für die vier möglichen Erfahrungsformen (Kap. 1.4.1.–1.4.4.) anzunehmen. War dies der Fall, dann muss Jñāna-Yoga (Philosophie), verstanden als übergreifende Gedankendisziplin, lebendig gewesen sein.

Ein Vergessen oder "Abschaffen" dieses Grundbewusstseins hatte zur Folge, dass das entwickelbare, dualistische Bewusstsein als Ausgangspunkt des Daseins gewählt werden musste. Dies aktualisierte die Entwicklungstheorien und auch Jñāna-Yoga als Fachwissenschaft. Wie die nachfolgenden Literatúrauszüge belegen, war es immer schwierig, die beiden Deutungen von Bewusstsein sprachlich auseinander zu halten.

2. Literaturdokumentation über Jñāna-Yoga

2.1. Allgemeine Bemerkungen

In diesem Teil der Arbeit möchte ich zeigen, was in der Literatur unter dem Begriff Jñāna-Yoga verstanden wird. Die im Kapitel 2.3. aufgeführten, sinngemäss zusammengefassten Literaturartikel sollen die Vielfalt und Verschiedenheit der Auffassungen von Jñāna-Yoga illustrieren. Überdies soll damit die im ersten Teil dargelegte These, dass nur Jñāna-Yoga verstanden als Fachwissenschaft (aus bereits erwähnten Gründen, s. Kap. 1.3.) in der Literatur vorkommen kann, dokumentiert werden.

Die ausgeführte Literatursuche war ziemlich aufwendig, weil ich unter dem engeren Begriff "Jñāna-Yoga" nur Vivekanandas Bände *Jnana-Yoga. Der Pfad der Erkenntnis. Bd. I+II* gefunden habe. Erst bei einer umfassenderen Suche unter den Stichworten "Indien", "Yoga", "Religion", "Philosophie" fand ich in einschlägigen Werken Hinweise auf Jñāna-Yoga. Den Ertrag des Sichtens dieser Literatur habe ich in drei Gruppen eingeteilt und im Literaturverzeichnis aufgeführt unter:

- zitierte Literatur
- konsultierte Literatur
- gesichtete, aber nicht verwendbare Literatur.

2.2. Historische Aspekte

Der Yoga war ursprünglich ein zusammenfassender Begriff für eine Fülle verschiedener Richtungen, die alle die asketische Übung und Meditation zur Grundlage hatten.

Nach H. v. Glasenapp (1974, S. 217 ff.) lassen sich schon im Veda Wurzeln des Yoga finden. Erst in den mittleren Upanishaden tritt der Begriff jedoch gehäuft auf, und wesentliche Ele-

mente des späteren Yoga-Systems lassen sich feststellen. Glasenapp weist darauf hin, dass der Yoga hier in enger Verbindung mit den evolutionistischen und psychologischen Theorien des Sāṅkhya erscheint. Im berühmten Epos des Mahābhārata (Bhagavadgītā) dann nimmt der Yoga als praktisches Gegenstück zur theoretischen Lehre des Sāṅkhya eine bedeutende Stellung ein. Dies zeigt, dass schon vor dem klassischen Yoga Patanjalis Yoga-Systeme existierten. H. Zimmer (1973, S. 256) meint, dass die Grundideen von Sāṅkhya und Yoga uralt sind und zurückreichen bis in die Kultur der vor-arischen einheimischen Bevölkerung. Nach und nach wurden diese Ideen von den Ariern aufgenommen und vermischten sich mit der vedischen Philosophie. Im Laufe der Zeit gingen daraus die heute überlieferten Systeme des Sāṅkhya und Yoga hervor, die zu den sechs klassisch-orthodoxen Weltdeutungen (darśhanas) des Brahmanismus gehören.

Der Yoga verstanden als eines dieser sechs Systeme der Weltbetrachtung geht auf Patanjali zurück, den Begründer der Yoga-Sūtren. Patanjali fasste die Fülle von bis dahin existierenden Richtungen der Meditation zusammen und vereinheitlichte sie. Die 194 in vier Büchern zusammengefassten Merksprüche stellen die Quintessenz dieser Vereinheitlichung dar. Die philosophische Grundlage des Yoga ist die Sāṅkhya-Lehre, die Patanjali bis auf zwei Punkte übernahm: Er ersetzte den Glauben an Puruṣa, den ewigen Geist, durch den Glauben an Īśvara, und anstelle der Erlösung durch metaphysische Erkenntnis, d. h. zwingend logisches Nachdenken wie im Sāṅkhya, trat ein achtstufiges System der Meditation und Heilsgewinnung (nach D. Fassnacht und E. Bickelmann 1979, S. 18). Die Yoga-Sūtren des Patanjali, deren Datierung umstritten ist (ca. 200 v. Chr. bis 500 n. Chr., nach H. Zimmer, 1973, S. 257), sollen laut Glasenapp (1974, S. 225) nicht so sehr Belehrungen über philosophische Probleme erteilen, als vielmehr praktische Anweisungen für die Heilsgewinnung geben.

Glasenapp (1974, S. 230) weist im weiteren darauf hin, dass die Yoga-Sūtren des Patanjali und die sich anschliessende Kommentarliteratur einen bedeutenden Einfluss auf die indische Philosophie ausgeübt haben, denn Denker der verschiedenartigsten Richtungen hätten die Lehren dieser autoritativen Texte der Meditationstechnik in ihre Systeme übernommen. So fänden sich Patanjalis Yoga-Sūtren in vielen Werken als Autorität zitiert, ohne dass sich deren Verfasser damit auch die philosophischen Anschauungen seines Lehrbuches in allen Punkten zu eigen gemacht hätten. So würde teils der Standpunkt des Sūtras von späteren Vertretern beibehalten, teils haben ihn andere mit anderen Anschauungen zu einem neuen System verwoben. Auf diesen Umstand weist auch K. Werner in dem nachfolgenden Literatúrauszug hin. "Aus diesen Gründen", so schreibt H. Glasenapp 1974, S. 230, "erscheint der Yoga in zahlrei-

chen Werken mit dem Vedānta Shankaras, mit dem Vishnuismus, Shivaismus oder Shaktismus verschmolzen, so dass eine Reihe von neuen Yoga-Systemen erwachsen, wenn man den Ausdruck 'System' auf eine Verbindung von Yoga-Methoden mit bestimmten theologischen oder metaphysischen Dogmen anwenden darf."

Dieser historische Überblick zeigt, wie vielfältig die Auslegung des Begriffs Yoga ist und wie sich dessen Bedeutungsbreite im Laufe der Geschichte erweitert hat. G. Schmid weist in seinem Buch *Wo das Schweigen beginnt. Wege indischer und christlicher Meditation*. (1984, S. 44) darauf hin, dass "eine indische Tradition von 84 Millionen Yogaarten spricht". Deshalb lasse sich Vollständigkeit im Yoga-Studium nicht einmal annähernd erreichen. Um einige Grundlinien in dieser Vielfalt von Yoga-Definitionen zu erkennen, hebt der Autor im Folgenden eine dreifache Bedeutungsbreite des Begriffs Yoga hervor:

- Yoga als eine der sechs orthodoxen Weltdeutungen (Darśanas) des Brahmanismus
- Yoga als Sammelbegriff für jede Form indischer Meditation
- Yoga als "von Indien angeregtes europäisches Bewegungsturnen." (S. 45)

Entsprechend diesem vielfältigen Verständnis von Yoga lassen sich auch beim Studium von Jñāna-Yoga in der Literatur eine Fülle von Definitionen feststellen, wie dies die folgenden Literaturszüge dokumentieren. Die Literatursichtung ergab gesamthaft, dass der Jñāna-Yoga auf den Vedānta des Shankara zurückgeführt wird, während die Yoga-Sūtren des Patanjali zum Rāja-Yoga gezählt werden; der Jñāna-Yoga wird in ihnen nicht explizit erwähnt. Aus diesem Grund bin ich in der vorliegenden Arbeit nicht auf den klassischen Yoga des Patanjali eingegangen (was eine eigene, diesen klassischen Yoga behandelnde Arbeit darstellen würde), sondern habe mich auf die Literatur zum Thema Jñāna-Yoga beschränkt. Die Bhagavadgita, in der ausführliche Textstellen zu Jñāna-Yoga vorkommen, ist nicht in dieser Arbeit aufgenommen, weil ich dieses Werk in einer früheren Seminararbeit behandelt habe. (S. "Reinkarnation und Erlösung in der Bhagavadgita", Semesterarbeit zum Seminar Reinkarnation, eingereicht bei Dr. G. Schmid, WS 1986/87.)

2.3. Zusammenfassung einzelner Literaturauszüge über Jñāna-Yoga

2.3.1 F. Heiler: Die Übungsmystik des Yoga

Aus: Die Religionen der Menschheit. (S. 153-155)

Heiler bezeichnet den Yoga als Psychotechnik und nennt ihn die "Übungsmystik" oder die "Mystik des schöpferischen Willens", die zur Erkenntnismystik der Upanishaden tritt. Der Yoga hat seine Wurzeln in der vor-arischen Religion mit ihren ekstatischen und schamanistischen Übungen. Durch Patanjali ("Leitfaden des Yoga") erhielt der Yoga eine streng zusammengefasste Form im Yoga-Sūtra (194 Merksprüche, ca. 2. Jh. n. Chr.).

Die Yoga-Lehre wurde nach Heiler zur Grundlage für die Meditationstechnik des Jainismus, Buddhismus und Hinduismus. Je nach Betonung des einen oder anderen Komplexes dieses psychotechnischen Systems spreche man von einem Hatha-, Bhakti-, Karma-, Jñāna-, Rāja- oder Layakriyā-Yoga.

Heiler definiert den Jñāna-Yoga als "Erkenntnis-Yoga, der auf die mystische Erkenntnis abzielt". Rāja-Yoga ist der "'königliche' Yoga, der Bhakti-, Karma- und Jñāna-Yoga verbindet und als wichtigste die Meditation betrachtet". (S. 155)

2.3.2 K. Werner: Yoga and Indian Philosophy

Auszüge aus den Kapiteln:

V: Yoga and its Origin, Purpose and Relation to Philosophy. (S. 93)

VI: Schools of Yoga. (S. 119)

Das wichtigste Element des Yoga, meint Werner, besteht in seinem praktischen Anliegen, den Menschen vorzubereiten auf eine direkte Erfahrung der Wirklichkeit, eine Form der den Intellekt übersteigenden (transzendierenden) Vision, vergleichbar mit einem zuverlässigen, direkten Wissen der Wahrheit selbst. (S. 111) In der Zusammenfassung des Kap. V heisst es, es sei immer möglich, die philosophischen, religiösen und mystischen Elemente durch eine sorgfältige Analyse von den praktischen, systematischen und psychologisch-deskriptiven ursprünglichen Yoga-Elementen zu unterscheiden. Deshalb könne man auch die umfangreiche Literatur über Yoga studieren und einen Nutzen daraus ziehen, egal von welcher Schule der Yoga auch komme.

Der Autor definiert Yoga als praktische Technik, die im Verlauf der Geschichte durch verschiedene Philosophien jeweils unterschiedlich gedeutet wurde. So ist z. B. der klassische Yoga des Patanjali mit dem philosophischen System des Sāṅkhya verknüpft. Später, als Śāṅkaras Vedānta-Philosophie zur einflussreichsten Doktrin in Indien wurde, wurden viele Anhänger des Vedānta und interpretierten ihren Yoga im Lichte des Vedānta, einem oft sehr spekulativen Denken. (S. 115) Diese Tendenz herrsche noch vor in Indien und habe sich auch im Westen verbreitet, speziell bei populären Autoren des Yoga. Der Ausdruck "Yoga-Philosophie", der häufig vorkomme, sei ein oft benützter, anderer Name für eine popularisierte Form der Weltansicht, entstanden aus dem System des Advaita-Vedānta. In einer Anmerkung heisst es, dass dieser Begriff schon von Vivekananda in seinen englischen Büchern angewendet werde. Im Kap. VI wird als Ziel des Yoga eine direkte Erfahrung der letzten Wirklichkeit genannt. (S. 140) Jñāna-Yoga (S. 143-144), um den es hier geht, definiert der Autor als den Weg des Wissens. Dieses Wissen gehe zuletzt über in Weisheit oder eine direkte Erkenntnis der essentiellen Einheit der Existenz. Die Sicht der grundlegenden Einheit hinter allen Phänomenen, in den Upanishaden ausgedrückt und durch die Bhagavadgita populär geworden, habe Śāṅkara später philosophisch ausgearbeitet in seinem System des Advaita-Vedānta. Śāṅkara, der auch Yogi war, heisst es weiter, gab praktische Anweisungen für Yoga-Praktiken, so dass eine zusammenfassende Beschreibung der Jñāna-Methode anhand von Śāṅkaras Schriften zugänglich sei.

Es sind vier grundlegende Disziplinen, in denen ein Jñāna-Yogi sich üben muss:

1. Viveka: Unterscheidungsvermögen zwischen dem Vergänglichen, Flüchtigen und dem Bestehenden, auf das Ewige Hinweisenden.
2. Vairāgya: Leidenschaftslosigkeit. Bindungen, Affekte, Leidenschaften, die den "Geist färben", müssen aufgegeben werden.
3. Satsaripotti: Diese Anweisungen (zur Erlangung von sechs Fertigkeiten) S. 144 enthalten ein Programm zur Selbsterziehung.
4. Mumuksatva: Die Sehnsucht nach Befreiung, ein sehr wichtiger Punkt: Der Aspirant muss eine positive Sehnsucht (um nicht zu sagen Leidenschaft) nach Befreiung entwickeln.

Generell führt das Training des Jñāna-Yoga der Advaita-Tradition über drei Stadien:

1. Śravana: Das Studium, Anhören des Lehrers und die gründliche Erforschung der Offenbarungstexte, wobei ihrem Sinn sorgfältig nachgeforscht werden soll.

2. Manana: Denken, Versenken, Überlegen, eine unablässige und konsequente Konzentration der Gedanken auf die Lehre und ihr Ziel.

3. Nididhyāsana: Die gespannte Hinwendung an eine lang währende, auf etwas Bestimmtes ausgerichtete innere Vision, eine inbrünstige Konzentration, Meditation.

4. Vierter Zustand: Hier verschwindet die Unterscheidung zwischen dem Betrachter und dem Betrachteten (Subjekt und Objekt). In dieser Erfahrung (die dem "Vierten" in der Māndukya Upanishad entspricht) ist der Sinn der Formel "tat twam asi" Wirklichkeit geworden. Hier hat der Mensch die letzte Vision der Wahrheit erreicht, die ihn befreit (moksha).

2.3.3 H. Zimmer: Der Weg zum Selbst

Lehre und Leben des indischen Heiligen Shri Ramana Maharshi aus Tiruvannamalai.
(S. 111, 113, 134, 138, 147, 149, 155, 188, 245, 248)

Ramana Maharshis Methode ist ein analytischer Dialog der Selbstbefragung, durch den allmählich die Identifikation mit dem Nichtwesenhaften (Körper, Gefühle, Gedanken) aufgehoben werden soll. Das Ziel dieser konsequenten Selbstbefragung, die anfänglich diskursiv und dann meditativ geführt wird, ist, zur Erfahrung des verborgenen, wahren Selbst vorzudringen. Es heisst, dass Ramana Maharshi der Tradition des Advaita Vedānta folgte (nach Karel Werner, *Yoga and Indian Philosophy*, S. 159). Der Dialog zwischen Ramana Maharshi und einem seiner Schüler im oben genannten Werk lässt sich nicht gut zusammenfassen. Deshalb beschränke ich mich darauf, im folgenden einige Schlüsselstellen mit etwas ausführlicheren Zitaten wiederzugeben, die dem Leser einen Einblick geben sollen in das, was Ramana Maharshi unter Jñāna-Yoga verstand.

Auf S. 111 sagt R. M., Jñāna sei ein Weg unter anderen. S. 113 dann, auf die Frage des Schülers hin, welches der beste Weg für ihn sei, antwortet er, alle Wege seien einer (bhakti, karma, jñāna, yoga - dieser als Weg besonderer Übungen, asketischer Versenkung verstanden). Jñāna selbst bezeichnet R. M. als den Yoga reiner Erkenntnis. Er sagt dazu S. 134: "Wer ihn (Jñāna-Yoga) wandelt, streift das Ich von sich und nimmt seinen Stand im letzten Gewahrsein des Selbst." Auf S. 138 geht es um die Versenkung. Hier unterscheidet der Meister zwischen der unterschiedslosen Versenkung des Rāja Yoga (nirvikalpa-samādhi), die ihren Wert habe, und der Versenkung im Yoga der Erkenntnis, die naturhaft sei und von selbst entstehe (sahaja samādhi). "Denn in diesem Stande ist das Gemüt jenseits aller Zweifel, das Denken schwingt nicht mehr zwischen Gegensatzpaaren von Möglichkeiten und Wahrscheinlichkeiten, es vollzieht keine Unterscheidung (vipalka) irgendwelcher Art. Es ist der Wahrheit gewiss, es fühlt

die Gegenwart des Wirklichen. Auch wenn es tätig rege ist, weiss es sich rege im Wirklichen: dem Selbst, dem höchsten Wesen." (S. 138)

Auf S. 147 spricht der Meister über den Unterschied des "Sichregens und Sichgebarens des Ichs (ahamvritti)", der Tätigkeit des persönlichen Egos, und dem "Sprühen des Ichs (aham-sphūrti)", das eine ewige Ausdrucksform des Selbst sei. In der Vedāntalehre heisst das "Sprühen des Ichs" laut R. M. "Erkennen als Vorgang" (vritti-jñāna). Der Meister sagt dazu: "Erleben und Erkennen ist immer ein Vorgang (vritti): das ist der Unterschied zwischen Erkenntnis als Vorgang (vritti-jñāna) oder Erleben einerseits und dem Wirklichen andererseits in seinem Eigenwesen (svarūpa). Das Eigenwesen (svarūpa) ist das Wissen (jñāna) selbst, es ist Bewusstsein. Dieses 'Eigenwesen' ist 'Sein und Geist' (sat-chit), ist allgegenwärtig, ist immer da und in Besitz seines selbst."

Auf S. 149 geht R. M. auf die Anzeichen wahrer Erkenntnis bei einem in Erkenntnis Vollen- deten (jñānin) ein. Diese bestehen wesenhaft darin, so der Meister zum Schüler, in allem scheinbar Gegensätzlichen gleichmütigen Blickes das Gleiche zu erblicken (samatva-drishti). Im Kapitel "Dem Wissenden ist Alles gleich" auf S. 154 vertieft er diese Aussage. Es heisst hier: "Er (der jñānin) sieht das Unterschiedliche, aber als Schein; er sieht es nicht geschieden vom wahrhaft Wirklichen, mit dem er eins ist." Und weiter auf S. 155: "Wer im Besitz der Erkenntnis ist (jñānin), der sieht die Einheit in allem Unterschiedlichen: das nenne ich das Gleichsein'. Aber 'Gleichsein' gegenüber allem Mannigfaltigen meint nicht, dass man nicht um das Unterscheidende wüsste." Der Wissende, so R. M., nimmt die Eigentümlichkeiten der Erscheinungen wie z. B. Geschmack, Gestalt, Geruch usw. wahr, "aber in allem gewahrt und erlebt er immer wieder das eine Wirkliche". (S. 155) Ein wichtiger Hinweis hinsichtlich der Bedeutung von Jñāna-Yoga findet sich auf S. 163, wo R. M. die unterscheidende Erforschung (vichāra) als den wirksamen Weg bezeichnet, das Gemüt zur Ruhe zu bringen. "Auf anderen Wegen", so der Meister, "kann man wohl Gewalt über das Gemüt erlangen, aber es fällt immer wieder in seine alten Bande zurück." S. 188 definiert der Meister den Sinn des bhakti-, yoga- und jñāna-Weges, der da ist, "das Gemüt zu seinem Quell und Ursprung zurückzuführen und in die Stätte des Herzens einzusenken...".

2.3.4 S. Vivekananda: Jnana-Yoga. Der Pfad der Erkenntnis

Bd. I+II, bes. Kap.: Betrachtungen über Jnana-Yoga. (S. 197-246)

Vivekananda meint einleitend, das Ziel des Jnana-Yoga sei das gleiche wie das des Bhakti- oder Raja-Yoga, jedoch sei die Methode eine andere. (S. 197) Jnana-Yoga schildert er als "Yoga für die Starken, die weder mystisch noch fromm veranlagt sind, sondern denen Vernunft über alles geht." (S. 197) Auf S. 223 definiert Vk. Vernunft als "im Gedächtnis aufgespeicherte und klassifizierte Wahrnehmung". Der Jnana-Yogi erkämpfe sich die Verwirklichung Gottes durch die Macht der reinen Vernunft, heisst es weiter auf S. 197. "Jnana verlangt" (S. 206), "dass wir alles mit gleichen Augen betrachten und überall Gleichheit sehen sollen." Der Jnani muss grundsätzlich bereit sein, "alle alten Götzen, jeden alten Glauben und Aberglauben, jedes Begehren nach unserer oder irgendeiner anderen Welt aufzugeben, fest entschlossen, nur nach der Freiheit allein zu streben". Ohne Jnana kann der Mensch laut Vk. nie Erlösung finden. Der Mensch muss erkennen, was er wirklich ist, dass er jenseits von Furcht, von Geburt und Tod stehe. "Um das höchste Gut, das Gotteserlebnis zu erlangen, müssen wir die Grenzen der Sinne und Gedanken überschreiten." (S. 197)

Die Anforderungen, die ein Jnani erfüllen muss, formuliert Vk. wie folgt: Das erste, was er überwinden müsse, sei die Furcht, die einer der schlimmsten Feinde des Menschen sei. (S. 198-199) Ausserdem darf der Jnani an nichts glauben, bis er es weiss. (S. 199) Er müsse sich fortwährend sagen, er sei weder der Körper, die Sinne, die Gefühle, die Gedanken oder das Bewusstsein, sondern Atman, das einzige Selbst. (S. 199) "Der Jnani ist schärfster Rationalist, er verneint alles", heisst es weiter auf S. 208-209. Er muss allem entsagen und rein werden, d. h. alle Begierden töten und aufhören, sich mit dem Körper zu identifizieren. (S. 213) Nur dann könne die höhere Wahrheit in seiner Seele aufleuchten. Deshalb darf ein Jnani "keinen Versuch machen, den Körper zu erhalten, er darf nicht einmal danach verlangen". (S. 214) (Vivekananda folgte dieser Ansicht, indem er sich im Alter von knapp 40 Jahren hinsetzte und mit dem berühmt gewordenen Ausspruch "Ich werde meinen Körper ausspucken" nicht "den Geist, sondern den Körper aufgab". Nach S. Pavitrananda, *Was Yoga ist*, S. 62-63.) Der wahre Jnani zeichnet sich dadurch aus, dass er sich völlig von der Materie loslöst und den Glauben an ihre Wirklichkeit aufgeben kann. (S. 200)

Als Grundlage von Jnana-Yoga nennt Vk. die "abstrakte Einheit", Advaita genannt. Der Advaitismus sei "der Eckstein, das Alpha und Omega der Vedanta-Philosophie. 'Brahman allein

ist wirklich, alles andere ist unwirklich, und ich bin Brahman." (S. 200) Als grössten Lehrer der Vedanta-Philosophie nennt er Shankaracharya, der die Veden zusammenfasste zum "herorragenden System des Jnana". (S. 201) Die Grundidee des Vedanta formuliert V. folgendermassen: "Es gibt nur ein Wesen, und jede Seele ist dieses Wesen voll und ganz, nicht nur ein Teil desselben." (S. 202) So könne Jnana niemals Sinneserkenntnis sein, heisst es auf S. 225. "Wir können Brahman nicht kennen, sondern wir sind Brahman, das ganze Brahman, nicht ein Teil davon." Jnana bezeichnet V. als "Konfessionslosigkeit". Es steht über allen Konfessionen. "Wie alle Ströme ins Meer fliessen und sich dort vereinigen, so sollten alle Konfessionen zu Jnana führen und dort eins werden." (S. 204) Die Religion, die V. auf S. 211 als höchste aller Wissenschaften definiert, habe jene endgültige Einheit, das Jnana-Yoga-Ziel, längst entdeckt. Durch Yoga und Meditation werde die Seele zur Erreichung dieses Ziels vorbereitet. S. 215 definiert V. Philosophie nach der wörtlichen Bedeutung im Sanskrit als "klare Einsicht". Religion, so meint er, ist praktische Philosophie.

Als Ziel des Lebens nennt der Autor S. 227 wirkliches Wissen (Vijnana) und Glückseligkeit, die beide ohne Freiheit unerreichbar seien. Auf S. 245 spricht V. abschliessend über den Menschen und Gott. So heisst es hier: "Der Mensch ist das höchste Wesen, und diese unsere Welt ist die grösste, denn hier kann der Mensch seine Freiheit verwirklichen. Der erhabenste Begriff, den wir uns von Gott machen können, ist der Mensch."

Gesamthaft betrachtet kann man zu den beiden Bänden über Jnana-Yoga sagen, dass Vivekananda das Ideal einer universellen Religion anstrebt (S. 50, Bd. I), die auf dem Gedankengut der Vedanta-Philosophie beruhen soll. Dass Vivekananda ein Vertreter der Ramakrishna-Mission war, kommt in folgendem Zitat zum Ausdruck: "Die Rettung Europas hängt von der rationalistischen Religion ab, und Advaita - die Lehre der Nicht-Zweiheit, der Einheit, der Idee des unpersönlichen Gottes - ist die einzige Religion, die bei intellektuellen Menschen Fuss fassen kann. Advaita erscheint immer dann, wenn Religion im Absterben und Irreligiosität vorzuherrschen scheint, und deshalb hat sie in Europa und Amerika Wurzeln geschlagen." (S. 152–153, Bd. I) V. vertritt eine monistische Entwicklungslehre: "Inmitten von diesem Leben...haben wir eine Gewissheit: Alles bewegt sich dem Endziel zu. Es kann nur eine Frage der Zeit sein, wann wir alle, Menschen, Tiere, Pflanzen und alles Leben das unendliche Meer der Vollkommenheit erreichen und zur Freiheit, zu Gott gelangen werden." (S. 98, Bd. I) Und weiter heisst es auf S. 12–13, Bd. I: "Alles ist Gott." Gott selber nennt V. die kosmische Intelligenz. (S. 10–22) Durch Formeln wie "Ich bin das All" (S. 71, Bd. I), "Ich bin Sein - Wissen - Wonne" (S. 239) usw. soll der Mensch zur absoluten Freiheit und der Einheit mit Gott

gelangen. "Vedanta lehrt die Vergöttlichung der Welt", heisst es auf S. 162. Das Sichtbargewordene (Maya), das gröbere Stadium der Wirklichkeit, sei die Wirkung, und das feinere Stadium die Ursache. (S. 4, Bd. I) Wenn die Natur einheitlich ist, dann gilt nach dem Analogieprinzip, dass sich im Grossen findet, was auch im Kleinen ist (S. 3, Bd. I), d. h. der Makrokosmos ist eine Entsprechung des Mikrokosmos. Zur Ursache und Wirkung sagt Vk. auf S. 245, Bd. I: "Es besteht keine Wesensverschiedenheit zwischen Ursache und Wirkung. Die Wirkung ist nur die Ursache in einer veränderten Form und Zusammensetzung." Hier noch abschliessend ein Zitat aus dem Kap. "Die Freiheit der Seele", S. 240, Bd. I: "Wenn wir uns selbst und allen anderen sagen, dass wir göttlich sind, werden wir das Ziel erreichen. Je öfter wir es wiederholen, desto stärker werden wir sein. Wer zuerst strauchelt, wird allmählich stark und stärker werden. Die Stimme wird an Kraft gewinnen, bis die Wahrheit von unserem Herzen Besitz ergreift..."

2.3.5 S. Pavitrananda: Was Yoga ist

Kap. IV: Jnana-Yoga - Der Pfad der Erkenntnis (S. 50-67)

Swami Pavitrananda, ein Mönch der Ramakrishna-Mission, fasst Jnana-Yoga folgendermassen zusammen: Im Jnana-Yoga gilt es, alles zu verwerfen, was Täuschung ist, und mit dem ganzen Vermögen seiner Urteilskraft das Wahre zu suchen. Durch diesen Vorgang der Analyse und der Erkenntnis alles Unwirklichen und Scheinhaften bleibt so das Wirkliche, das Sein, das Selbst übrig. Neben dieser negativen Methode des Alles-Verwerfens gibt es auch das positive Verfahren, bestehend aus dem Festhalten am Gedanken, man sei das Selbst und getrennt vom Leibe, ein Vorgehen, das an die Suggestion erinnert.

Immer wieder wird im Text betont, wie schwierig dieser Jnana-Weg zu begehen sei. Nur ein "furchtloser Geist mit übermenschlicher Seelenstärke" (S. 54) könne ihn wagen. Die Anforderungen, denen ein Aspirant dieses Weges genügen muss, würden die Fähigkeiten eines Durchschnittsmenschen fast übersteigen. So muss der Jnana-Yogi u. a. einen "aussergewöhnlich starken und scharf analysierenden Verstand" mitbringen, um die "harte Zucht", die er sich aufzuerlegen hat, auch erfolgreich zu bestehen. Ersehntes Ziel für die wenigen, die diesen Weg zu Ende gehen (nur grossen Heiligen und Mystikern sei dies gegeben), ist die Erlangung des transzendenten Bewusstseinszustandes, des "Nirvana" der Buddhisten, des "Samadhi" der Hindus und der "Unio mystica" der Christen. Als Hindu-Heilige, welche Samadhi, auch turiya (der Vierte Zustand) genannt, erreicht haben, werden Schankara, Sri Ramakrishna sowie seine

beiden Hauptschüler Swami Brahmananda und Swami Vivekananda genannt; des weiteren in der abendländischen Geschichte Plotinus und Meister Eckhart.

Den Bewusstseinszustand des "Vierten" (Mandukya-Upanischad) charakterisiert der Autor als "das reine Bewusstsein vollkommener Einheit, in dem die Wahrnehmung der Welt und ihrer Vielheit völlig versinkt. Er ist unermesslicher Friede. Er ist das allerhöchste Gut. Er ist das Eine, neben dem kein Zweites ist. Er ist das Selbst." Und dann heisst es: "Erkenne es, das einzig Wissenswerte!" (S. 64) Diese Aussagen sind nur unvollkommene Andeutungen für ein Erleben, das jenseits der Gedanken und der Sprache liege und eine vollkommene Wandlung des ganzen Menschen bewirke. Zum Schluss heisst es, der Jnani kehre, falls er höchste Erkenntnis erlangt habe, "wenn überhaupt, zum Normalbewusstsein zurück im Besitze von Weisheit und Erkenntnis". (S. 65)

2.3.6 H. U. Rieker: Die zwölf Tempel des Geistes

Weisheit und Technik der Yoga-Systeme. Kap.: Jñāna-Yoga, (S. 241-249)

Der Autor verweist einleitend auf die Bedeutung von Jñāna, das "kennen, wissen" heisst und ethymologisch verwandt sei mit dem englischen to know, den griechischen gnosis, dem lateinischen co-gnitio und dem deutschen kennen. Als Leitmotiv des Jñāna-Yoga wird hier das "Erkenne dich selbst" genannt. (S. 241) Erkannt werden soll, dass "weder dieses noch jenes mein Ich ist". (S. 241) Zur Erhellung des Jñāna-Yoga wird auf ein Zwiegespräch des Heiligen Ramana Maharshi und einem seiner Schüler verwiesen, in dem der ganze Jñāna-Yoga liege. Die zentrale Frage des Jñāna-Yoga, die sich durch alle Lehrreden des Ramana Maharshi zieht, sei "Wer ist dieses Ich?" (S. 242) Der Autor bezeichnet diese Frage als die einzige und oberste Frage des Jñāna-Yoga, dessen Ziel und Aufgabe der Erkenntnis gelte, dass das Ich "nichts als" ein Begriff ist. Fragen wie "Wer bin ich? - Wer ist es, der da fragt? - Wer fragt wen?" sind das Werkzeug dazu. Die Fragen sollen hinführen zum Erkennen des wahren eigenen Ichs, das auch als Selbst bezeichnet wird. Die Erkenntnis des Jñāna-Yoga stellt sich dreifach dar, heisst es weiter auf S. 245. Zuerst als empirisches Selbst, als grobstofflicher Aspekt, dann als transzendentes Selbst, als der Beobachter, der sich im Unerleuchteten gesondert vom empirischen Selbst wähne. Wenn die Einheit erkannt und das Māyāhafte im empirischen Selbst durchschaut werde, enthülle sich jenes Selbst, das als kausaler Aspekt beide durchdringe. (S. 246) Der Autor weist darauf hin, "dass das Kausalgesetz, auf dem die meisten anderen Yoga-Systeme aufbauen, im Bereich des wahren Selbst nur bedingt Gültigkeit habe. (S. 246) Die moderne Naturwissenschaft habe aufgewiesen, dass das (allgemein geltende, GMG))

Kausalgesetz im unendlich Grossen wie im unendlich Kleinen nicht mehr gelte. "... erst wenn die wahre Natur des Ich erkannt ist, ist man über die Abhängigkeit von der Kausalität hinaus, d. h. man ist aus der weltlichen Verkettung erlöst." (S. 246)

Im Weiteren wird festgestellt, dass die moderne Naturwissenschaft sich den Erkenntnissen des Yoga nähere. Beide strebten dem gleichen Ziel zu, aber auf verschiedenen Wegen, die Naturwissenschaft, indem sie die Gesetzlichkeit des Naturablaufs, also des Makrokosmos untersuche, der Yogi, indem er die inneren Gesetze, d. h. den Mikrokosmos, erforsche. Diese Ausführungen enden damit, dass der Autor die Tätigkeit des Yogi über die der Naturwissenschaft erhebt, weil nur diese "zum Ergebnis aller Bemühungen führen kann: zum kausalen Erlösungsbereich, ein Ziel, das der grobstofflich-theoretischen Gedankenforschung ewig verschlossen ist. Die Wissenschaft will sehen, der Yogi aber will erleben. Da ist der fundamentale Unterschied." (S. 247)

2.3.7 L.- R. Lütge: Kundalini - Die Erweckung der Lebenskraft

Aus Kap.: Jnana-Yoga, der Weg der Erkenntnis. (S. 49–51)

Jnana-Yoga wird hier als "der Weg der reinen Vernunft" bezeichnet, als ein Weg, der "für intellektuell Begabte, die weder fromme noch mystische Veranlagung besitzen", eine Möglichkeit darstelle. Somit wird Jnana-Yoga hier als ein Weg unter den anderen Yoga-Wegen aufgefasst, die alle das gleiche Ziel haben, jedoch verschiedene Methoden anwenden. Als die Grundlage des Jnana-Yoga wird die philosophische Schule des Vedanta angegeben im Gegensatz zum Raja-Yoga (königlicher Weg), der sich unmittelbar auf die Yoga-Sutren des Patanjali bezieht. (S. 51)

Ziel des Jnana-Yoga ist es, das "Nicht-Wissen" (Maya) um unseren wahren Kern, Atman, aufzulösen und dadurch diesen Atman zu erkennen, der identisch ist mit Brahman, dem ewig unveränderlichen Weltengrund. Die Methode, um dieses Ziel zu erreichen, besteht in einem rein analytischen Betrachten unserer selbst und der Welt um uns her, unabhängig von Emotionen, allgemein anerkanntem Wissen oder Lehrmeinungen jedwelcher Art. Der Jnana-Yogi soll mit seinem "eigenen Verstand prüfen und entscheiden, worum es sich bei den Erscheinungen, die uns begegnen, handelt". (S. 50) Jnana-Yoga fordert, so heisst es, nicht die Abwendung von der Welt oder gar ein Asketendasein, jedoch eine innere Distanz zur illusionären Umwelt. Der Jnana-Yogi transzendiert die Welt, er betrachtet sie als "farbenfrohen, unwirklichen Tanz, hinter dem sich Brahman, die einzige Realität, versteckt hält". (S. 50)

2.3.8 W. Lindenberg: Die Menschheit betet

Aus Kap.: Die Yoga-Lehre. (S. 69-98)

Lindenberg bezeichnet Jnana-Yoga als "die Lehre des Wissens und des Lernens, sie ist geeignet für die Intellektuellen und die Wissensdurstigen, die die Welt mit dem Intellekt begreifen". Neben den im Hatha- und Raja-Yoga beschriebenen Exerzitien studiere er die heiligen Texte der Veden, die Reden Buddhas oder die Bibel. (S. 95) So werde er ein Wissender, und als solcher erreiche er die Vollkommenheit. Auf S. 73/74 kennzeichnet der Autor als den Wert der verschiedenen Yoga-Lehren, dass sie durch ihre genügende Ausdifferenzierung den verschiedenen Typen und Persönlichkeiten gerecht werden. So könne jeder den ihm entsprechenden Weg zur Vollendung wählen.

Den Yoga insgesamt bezeichnet Lindenberg auf S. 74 als einen nichtmystischen Übungsweg, der jedoch zur Mystik führen soll. Auch hier wird als höchste Yoga-Lehre der Raja- oder Dhyana-Yoga genannt, der Yoga der Meditation. (S. 74 und 86)

W. Lindenberg: Yoga

Aus Kap.: Die Vielschichtigkeit des Yogaweges. (S. 52-67)

Der Jnana-Yoga sei, so heisst es auf S. 56, für "alle Menschen, die die Welt nicht so sehr mit dem Herzen als mit dem Verstand erleben". Der Jnani-Yogi entwickle seine Persönlichkeit durch das Studium der heiligen Schriften; er bleibe ein Einsamer, Suchender, der Gott in den grossen Überlieferungen der Menschheit finde. Lindenberg betont die Vielschichtigkeit des Yoga-Weges. So wie viele Wege nach Rom führten, so finde sich auch ein jedem Typ entsprechendes, ihm liegendes System.

2.3.9 S. R. Yesudian und E. Haich: Yoga in den zwei Welten

Aus Kap.: Was ist Yoga? (S. 15-78)

Die hier vorliegende Definition des Jnana-Yoga auf S. 59 lautet: Er ist der "Yoga der Weisheit. Er lehrt das Erschauen des Sinnes der Dinge durch innere geistige Betrachtung. Es ist der Weg der Erkenntnis." (S. 59) Weiter heisst es S. 59, alle Yoga-Arten bereiteten den Menschen vor, um den Raja-Yoga besser erfüllen zu können. Denn "Raja-Yoga ist eigentlich der Abschluss aller Yogas, - die Krönung aller Yoga-Wege". (S. 60)

Literaturverzeichnis

Zitierte Literatur:

FASSNACHT, D. UND BICKELMANN, E.: Hinduismus. Weltreligionen (Geschichte, Quellen, Materialien). Verlag Moritz Diesterweg, Frankfurt a/M, Kösel Verlag, München 1979.

GLASENAPP, H.: Die Philosophie der Inder. Alfred Kröner Verlag, Stuttgart 1974, 3. Aufl.

HEILER, F.: Die Religionen der Menschheit. Reclam-Verlag, Stuttgart 1982.

LINDENBERG, W.: Die Menschheit betet. Praktiken der Meditation in der Welt. Ernst Reinhardt Verlag, München/Basel 1958, 2. Aufl.

LINDENBERG, W.: Yoga mit den Augen eines Arztes. Eine Unterweisung. Richard Schickowski Verlag, Berlin 1960.

LÜTGE, L.- R.: Kundalini - Die Erweckung der Lebenskraft. Theorie und Praxis des Kundalini-Yoga. Verlag Hermann Bauer, Freiburg i. Brsg. 1985.

PAVITRANANDA, S.: Was Yoga ist. Rascher Verlag, Zürich 1951.

RIEKER, H. U.: Die zwölf Tempel des Geistes. Weisheit und Technik der Yoga-Systeme. Rascher Verlag, Zürich 1955.

SCHMID, G.: Wo das Schweigen beginnt. Wege indischer und christlicher Meditation. Gütersloher Verlagshaus Gerd Mohn, 1984.

SCHMID, G.: Der sogenannte Hinduismus. Vorlesung an der Uni Zürich im SS 1988.

VIVEKANANDA, S.: Jnana-Yoga. Der Pfad der Erkenntnis. Bd. I, 5. Aufl., Bd. II, 4. Aufl. Verlag Hermann Bauer, Freiburg i. Brsg. 1973/1983.

WERNER, K.: Yoga and Indian Philosophy. Motilal Banarsidass. Delhi, Varanasi, Patna. First Edition, Delhi 1977, Reprint 1980.

YESUDIAN, S. R. UND HAICH, E.: Yoga in den zwei Welten. Verlag Eduard Fankhauser, Thielle 1951.

ZIMMER, H.: Der Weg zum Selbst. Lehre und Leben des indischen Heiligen Shri Ramana Maharshi aus Tirumannamalai. Hrsg. von C.G. Jung. Rascher Verlag, Zürich 1944.

ZIMMER, H.: Philosophie und Religion Indiens. Suhrkamp Taschenbuch Verlag, Zürich 1973.

Konsultierte Literatur:

BHAGAVADGITA: Des Erhabenen Gesang. Übertragen und kommentiert von Leopold von Schröder. In: Bhagavadgita/Ashtavakragita: Indiens heilige Gesänge. Eugen Diederichs Verlag, Köln 1983.

DÜRR, H. P.: Sehnsucht nach dem Ursprung. Zu Mircea Eliade. Syndikat 1983, Verlag?

ELIADE, M.: Yoga. Unsterblichkeit und Freiheit. Suhrkamp Taschenbuch 1127, Insel Verlag, Frankfurt a. M. 1985.

GAIL, A.: Bhakti im Bhāgavatapurāna. Religionsgeschichtliche Studie zur Idee der Gottesliebe in Kult und Mystik des Visnuismus. Bd. 6. Otto Harrassowitz, Wiesbaden 1969. In Münchner Indologische Studien, hrsg. von Helmut Hoffmann.

KLOSTERMAIER, K.: Hinduismus. J. P. Bachem-Verlag, Köln 1965.

PATANJALI: Die Wurzeln des Yoga. Die Yoga-Sūtren des Patanjali mit einem Kommentar von P. Y. Deshpande. Mit einer neuen Übertragung der Sūtren aus dem Sanskrit hrsg. von Bettina Bäumer. Otto Wilhelm Barth Verlag, 1976.

Gesichtete, aber nicht verwendbare Literatur:

AUROBINDO, S.: Der integrale Yoga. Rowohlt TB, Verlag GmbH, Hamburg 1957.

AUROBINDO, S.: More Lights an Yoga. Sri Aurobindo Ashram, 1948.

AUROBINDO, S.: Das Abenteuer des Denkens. Patmos Verlag, Düsseldorf 1986.

BRUNTON, P.: Die Philosophie der Wahrheit. Tiefster Grund des Yoga. Rascher Verlag, Zürich und Stuttgart 1968.

BRUNTON, P.: Das Überselbst. Aus dem Englischen übertragen von Rosa v. Solms-Laubach. Rascher, Zürich 1953, 2. Aufl.

JUDGE, W. Q.: Die Yoga-Aphorismen des Patanjali. Aus dem Engl., Berlin 1904.

PATANJALI: Der Yoga-Pfad. Patanjalis Lehrsprüche, erläutert von Alice A. Bailey. Aus dem Englischen von Käthe Oppermann. Verlag Lucis, Genf 1963.

RAMACHARAH: Die Philosophie der Yogi. Von Yogi R. 12 Tle, Berlin [19..]

SHANKARA: Das Kleinod der Unterscheidung und Die Erkenntnis der Wahrheit. Gesamtdt. Rechte beim Scherz Verlag, Bern/München/Wien für den Otto Wilhelm Barth Verlag. Neuauflage 1981.

VERDU, A.: Abstraktion und Intuition als Wege zur Wahrheit in Yoga und Zen. Ein Beitrag zur Phänomenologie und Metaphysik der nichtchristlichen Mystik. Verlag Anton Pustet, München 1965.