

Ein duales Persönlichkeitskonzept

In der indischen Philosophiegeschichte existieren 6 Schulen (darśana), in denen 2 eine besondere Bedeutung für den Yoga aufweisen¹. Neben dem monistischen Philosophieansatz des Vedānta – Systems, das die letzte Identität von einer Weltseele (brahman) und einer individuellen Seele (ātman) postuliert², bezieht sich der Yoga insbesondere auf das sāmkhya – System. Der Sāmkhya ist im Gegensatz zum Vedānta, einer advaita-Lehre, eine dvaita-Lehre, eine Lehre der Zweiheit³. Die beiden Pole werden mit den Konzepten der prakṛti und des puruṣa dargestellt.

Prakṛti. „Alles Veränderliche wird mit dem Begriff prakṛti bezeichnet und umfasst Geist, Körper, Sinne, alle Lebewesen und alles andere, was in der äußeren Welt existiert“⁴. Nach Wolz-Gottwald⁵ steht prakṛti für die sichtbare Welt in Raum und Zeit. Prägend sei für die Philosophie des Yoga vor allem, dass zu der materiellen Erscheinungswelt nicht nur die Materie im engeren Sinne gezählt werde, sondern auch die psychische Welt des Denkens, Wollens und Empfindens. Demnach gehören sowohl Körper als auch Psyche zur prakṛti. Diese unterliegt nach der Lehre des Yoga Sutra dem ständigen Wechselspiel der drei guṇa – tamas (Schwere), rajas (Aktivität) und sattva (Klarheit)⁶. Die prakṛti setzt sich aus 5 grobstofflichen – stūlabhūtāni (Erde, Wasser; Feuer, Luft, Äther) und 5 feinstofflichen Elementen – tanmātra (Laut, Tasterlebnis, Farbe, Geschmack, Geruch), wie auch aus 5 Wahrnehmungs- (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Fühlen) und 5 Handlungssinnen (Sprechen, Greifen, Gehen, Entleeren, Zeugen) zusammen⁷. Zudem werden zu der materiellen Welt und den psychischen Fähigkeiten noch das innere Organ gezählt. Dieses setzt sich aus dem Denkvermögen (manas), dem Ichmacher (ahamkāra) und buddhi (Bewusstsein/Erkenntnis) zusammen⁸.

Puruṣa. Das Gegenstück zu der prakṛti und das Grundprinzip im Sāmkhya heißt puruṣa (Wesenskern/Seher/das sehende Selbst). Die Qualität des puruṣa wird dabei als statisch, in sich ruhend, völlig losgelöst (kevala), ohne jede Regung, ohne jeden Kontakt nach Außen, ohne jedes Verlangen

¹ E. Wolz-Gottwald, Yoga-Philosophie-Atlas, 2003, S. 97

² Berufsverband Deutscher Yogalehrer, Der Weg des Yoga, Vianova, 2000, S. 6

³ Berufsverband Deutscher Yogalehrer, Der Weg des Yoga, Vianova, 2000, 2000 S.33

⁴ T.K.V. Desikachar, Yoga - Gesundheit von Körper und Geist, 2000, S. 126

⁵ E. Wolz-Gottwald, Yoga-Philosophie-Atlas, 2003, S.101

⁶ T.K.V. Desikachar, Yoga - Gesundheit von Körper und Geist, 2000, S. 126

⁷ E. Wolz-Gottwald, Yoga-Philosophie-Atlas, 2003, S. 103

⁸ Berufsverband Deutscher Yogalehrer, Der Weg des Yoga, Vianova, 2000, S.34

nach einem solchen Kontakt, ohne Wahrnehmung, ohne alles⁹, ewig und unveränderlich¹⁰ beschrieben. Desikachar¹¹ beschreibt das grundlegende Prinzip des purusha als das eines aktiven Zeugen, der von dem, was er sieht, nicht beeinflusst wird. Dabei können Menschen ohne purusha nicht existieren, da alles Handeln seine Ursache im purusha hat. Während nur eine prakrti existiert, existieren dabei aber verschiedene purusha. Dabei beziehen sich die einzelnen purusha, „die jeweils in ihrer eigenen Stadt residieren“, auf die eine prakrti. Nach Desikachar¹² geht auch Patanjali, der das Sāmkkhya-Weltbild voraussetzt, von diesem zweiten Pol aus, den er als etwas Tiefes, Reines, Ewiges beschreibt und den Seher oder den Wahrnehmenden nennt. Im Yoga Sutra diskutiert Patanjali im Sutra 2.20 die Existenz einer erkennenden Instanz (drastā), die nicht dem Wandel unterworfen ist, und deren Wechselbeziehung zum Geist (citta). Der Geist wird dabei als Instrument der Wahrnehmung, und deren Qualität in Abhängigkeit zum Zustand des Geistes gesehen. Dabei wird die der Geist als notwendiges Mittel zur Wahrnehmung gesehen, wobei die Kraft und die Fähigkeit der Erkenntnis aber als tieferliegend verstanden wird¹³. Sriram¹⁴ spricht von einem sehenden Selbst (drastā) im Gegensatz zu einem meinenden Selbst (citta).

Für Patanjali¹⁵¹⁶ besteht die Ursache des Leidens im samyoga. Als samyoga versteht er die Unfähigkeit, zwischen dem was wahrnimmt und dem Wahrgenommenen zu unterscheiden (2.17). Als die treibende Kraft hinter samyoga wird avidyā (falsches Verstehen) gesehen (2.24). Patanjali postuliert, dass mit einer Reduktion der falschen Wahrnehmung auch eine Reduktion von samyoga einhergeht und daraus ein mehr an Klarheit resultiert. Diesen Prozess beschreibt er als einen, der zur Freiheit (kaivalya) führt (2.25). Entscheidend dabei ist, dass alle geeigneten Mittel dazu einsetzt werden, die Unterscheidungsfähigkeit (Viveka) im Gegensatz zu avidyā geschehen zu lassen (2.26). Der Prozess, aus dem letzten Endes die differenzierende Klarheit (viveka) entstehen kann, wird als ein Prozess mit mehreren Stufen beschrieben (2.27) und mündet bei Patanjali in der Darlegung des astānga, des achtgliedrigen Pfads.

⁹ Berufsverband Deutscher Yogalehrer (Hrsg.), Der Weg des Yoga, Vianova, 2000, S. 33

¹⁰ T.K.V. Desikachar, Yoga - Gesundheit von Körper und Geist, 2000, S. 126

¹¹ T.K.V. Desikachar, Yoga - Tradition und Erfahrung, 1991, S. 120

¹² T.K.V. Desikachar, Yoga - Gesundheit von Körper und Geist, 2000, S. 74

¹³ T.K.V. Desikachar, Über Freiheit und Meditation – Das Yoga Sutra des Patanjali, 1997

¹⁴ R. Sriram, Patanjali – Yoga Sutra , Arbeitsbuch, Eigenverlag, 2003

¹⁵ T.K.V. Desikachar, Über Freiheit und Meditation – Das Yoga Sutra des Patanjali, 1997

¹⁶ R. Sriram, Patanjali – Yoga Sutra , Arbeitsbuch, Eigenverlag, 2003

Freiheit bedeutet für Patanjali¹⁷, dass der Geist mit dem Seher absolut identisch ist (S.88) und ein Zustand reiner Klarheit erreicht wurde, indem Gleichmut sowohl im Handeln als auch im Nicht-Handeln geschieht (S.90). Ist dieser Zustand erreicht ist Stille, ist Frieden in uns¹⁸.

Autor: Dipl. Psych. Steffen Brandt
Kontakt: info@PerspektiveYoga.de

¹⁷ T.K.V. Desikachar, Yoga - Gesundheit von Körper und Geist, 2000

¹⁸ T.K.V. Desikachar, Yoga - Tradition und Erfahrung, 1991, S. 123