

# **Sanskrit - der Schlüssel zur Yoga-Philosophie und Yoga-Praxis**

## **Teil I: Sprache, Schrift und Literatur** (ungekürzte bzw. erweiterte Originalfassung 16.2.2016)

Ralph Steinmann

*Wichtige Sanskrit-Begriffe werden kursiv und mit den in der Fachliteratur üblichen diakritischen Zeichen versehen hervorgehoben. Mit der männlichen Sprachform ist aus praktischen Gründen immer auch die weibliche Form gemeint.*

Nach einer Einführung in die religiös-kulturellen Hintergründe und einem Überblick über die für das Streben nach Erlösung und die Yoga-Wege relevante Sanskrit-Literatur beschäftigt sich der Beitrag mit der indischen Sprachenvielfalt, mit der Verbreitung und Entwicklung der Sanskrit-Sprache sowie mit deren Namen und Schrift. Zum Abschluss werden Überlegungen zum Warum bzw. zum Mehrwert angestellt, welchen das Erlernen der Grundlagen der Sanskrit-Sprache für Yoga-LehrerInnen bietet, sowie zu der damit verbundenen Herausforderung.

### **Einführung und Überblick**

Obschon Sprache als selbstverständlich betrachtet wird ist sie unter allen Entdeckungen in der Menschheitsgeschichte deren wichtigste. Ohne Sprache könnte keine Zivilisation überleben (Vyaas Houston o.J.). So ist Sprache zwar nicht das einzige, aber wohl das wichtigste Medium für die Verständigung unter Menschen – und nicht nur in den indischen Religionen, auch zwischen Mensch und Transzendenz, zwischen Mensch und dem Göttlichen. Sprache ist jedoch weit mehr als ein inner- und ausserweltliches Kommunikationsmittel. Jede Sprache ist unabhängig von Kontinent, Land und der betreffenden Bevölkerung gleichzeitig ein getreuer Spiegel, ein unverfälschtes, direktes Abbild ihrer Gesellschaft und Kultur, ihrer Werte und Mentalität, und ebenso ihres Menschen- und Weltbildes. Dies gilt auch für die indische Sprachenvielfalt und deren wichtigste Mutter, dem Sanskrit<sup>1</sup>.

Die traditionellen indischen Gesellschaften, religiösen Kulturen und Mentalitäten sind getragen und verbunden durch den Glauben an *karma* und Reinkarnation bzw. Wiedergeburt<sup>2</sup> sowie durch ein gemeinsames soziales, wirtschaftliches und kulturelles Ordnungssystem, das Kastenwesen. Dieses ist im Hinduismus ebenfalls mit religiösen Vorstellungen und Praktiken eng verbunden. Daraus darf jedoch nicht geschlossen werden, dass die indischen Gesellschaften und Kulturen – und damit eben auch ihre Sprachen – ausschliesslich religiös und spirituell geprägt wären, wie so oft missverstanden wird. Früher wie heute stimmt nur für traditionsbewusste Inder, dass sie mit einem Bein in einer rituell-mythischen und religiös-spirituellen Welt stehen, die ihren Alltag und viele Lebensbereiche durchdringt. Zu allen Zeiten gab es in Indien auch materialistische und atheistische Weltanschauungen und Lebensstile.

In ihrer Vision der vier „Lebensziele des Menschen“ (*puruṣa-artha*) integriert die hinduistische Tradition selber auch weltliche, profane Aspekte und Bedürfnisse des Menschen: die Erfüllung der sozialen und rituellen

---

<sup>1</sup> Als kompakte wissenschaftliche Einführung in die verschiedenen Aspekte der Sanskrit-Sprache kann Filliozat 2009 dienen. Zur Vertiefung und Aktualisierung werden die den neusten Forschungsstand enthaltenden Fachartikel von Brill's Encyclopedia of Hinduism, Print und Online (hier abgekürzt als BEH 2015) empfohlen. Vyaas Houstons und David Frawleys Essays und Artikel (Devavani, o.J.) sowie Sampad & Vijays indische, ganzheitliche Darstellung (2002) bieten ausserdem viele wenig bekannte und vertiefte Einsichten und Einblicke in die Sanskrit-Sprache und Mantra-Literatur. Auch Huchzermeyers Sammlung (2013a) enthält eine Reihe von wichtigen Beiträgen zu wenig behandelten oder bekannten Aspekten von Mantra, Yoga und Sprache.

<sup>2</sup> Für den Theravada-Buddhismus, welcher keinen Seelenbegriff kennt (anatta-Lehre), ist die Bezeichnung „Wiedergeburt“ angemessener, da sich für ihn keine Seele inkarniert.

Pflichten und die Einhaltung bestimmter moralischer Standards bzw. Lebens-Haltungen in Übereinstimmung mit der „ewigen kosmischen Ordnung“ (*sanātana dharma*), die materielle Sicherung von Familie und Besitzerwerb (*artha*), die Befriedigung sinnlicher, insbesondere sexueller Bedürfnisse und damit die Sicherung der Familientradition, Kaste und Klasse (*kāma*) sowie das Streben nach Erlösung (*mokṣa*).

Mit diesen Lebenszielen überlappen teilweise vier idealtypische Lebensstufen, wobei *dharma* den ersten drei Lebensphasen zugrunde liegt: zunächst als eingeweihter Veda-Student und enthaltsamer Schüler eines Lehrers (*brahmacārin*), dann als Haushälter, der nach dem Studium eine Familie gründet und die Lebensziele *artha* und *kāma* verfolgt (*grhasthin*), danach als Waldeinsiedler, der sich zusammen mit seiner Frau aus dem öffentlichen und familiären Leben in eine Einsiedelei oder einen Ashram zurückzieht und sich auf die Verwirklichung von *mokṣa* vorbereitet (*vānaprastha*), und schliesslich als einer, der allem entsagend mit Meditation und Askese nur noch *mokṣa* nachlebt und sich alleine und ohne festen Wohnsitz auf den Tod vorbereitet (*samnyāsin*). Die ersten beiden Lebensphasen spielen sich in der zivilisierten Welt, im kultivierten, bebauten Feld (*kṣetra*) ab, während die letzten beiden Lebensstufen abseits in der naturbelassenen Wildnis und Einsamkeit, im (Ur-)Wald (*vana*) stattfinden.

In diesem integralen Menschen- und Weltbild sind Erlösung und Entsagung zwar ein höchstes, ultimatives Lebensziel bzw. eine ebensolche Lebensform; deren Erreichung führt jedoch über das Durchlaufen der vorangehenden Lebensphasen und die Erfüllung der damit verbundenen inner- und ausserweltlichen Lebensziele. So besteht zu allen vier Lebensstufen und Lebenszielen eine mehr oder weniger umfangreiche und bekannte Literatur mehrheitlich in Sanskrit: zu *kāma* das weltbekannte Kamasutra, zu *artha* das Artha-Shastra, der „indische Machiavelli“, zu Justiz, Verwaltung, Staatspolitik, Verteidigung, Kriegskunst und Pflichten des Königs, und zu *dharma* das Dharma-Shastra mit der einflussreichen Manusmriti, in welcher die traditionellen sozialen und religiös-rituellen Beziehungen, die Gesetze und Pflichten aller Ethnien und Gesellschaftsstände – einschliesslich des Königs - sowie der vier Lebensphasen detailliert festgelegt sind.

Von besonderem Interesse ist für unser Thema die ebenfalls äussert umfangreiche, alle Epochen umfassende **Sanskrit-Literatur zum Lebensziel *mokṣa***, welche im engeren Sinn die einschlägigen Texte zur Yoga-Philosophie und –Praxis wie zum Beispiel die Bhagavadgita, die Yoga-Sutras oder die Hathayoga-Pradipika und Tantra-Literatur sowie die (jüngeren) Yoga-Upanishaden umfasst. Im weiteren Sinne gehören dazu zahlreiche weitere religiöse und religionsphilosophische Texte und Textsammlungen wie die Veden einschliesslich ältere, aber auch weitere jüngere Upanishaden, die Brahma-Sutras mit Shankaras Kommentar, Teile der grossen Epen Mahabharata und Ramayana sowie die Puranas und die umfassende allgemeine Weisheitsliteratur.

Dazu gehören aber auch für das Verständnis des Veda wichtige Hilfswissenschaften, wie Sprachwissenschaften, Ritualistik und Astrologie. Ferner die bildenden Künste bzw. Kunstwissenschaften (Shilpa-Shastra) wie die Architektur, Bildhauerei, Malerei, Kunsthandwerk und die ebenso bedeutenden darstellenden Künste bzw. Kunstwissenschaften wie Theater, Tanz, Musik und die umfangreiche lyrische, dramatische und epische Literatur (Mahabharata, Ramayana). Denn diese Wissenschaften und Literaturen stehen nicht immer, aber oft auch im Dienst der Religion und Philosophie oder sind unmittelbarer Ausdruck von religiös-spirituellen Vorstellungen, Praktiken und Erfahrungen. Darüber hinaus besteht eine umfangreiche Literatur zu weiteren, profanen Wissenschaften wie der Mathematik und technischen Wissenschaften sowie der Medizin einschliesslich Ayurveda<sup>3</sup>. Die grundlegenden, klassischen Texte zu diesen Wissenschaften sind alle in Sanskrit verfasst worden. Dementsprechend vielfältig und unterschiedlich sind die Formen und Gattungen, Autoren und Gelehrten sowie Verwendung, Nutzen und Nutzer der Sanskrit-Sprache und Sanskrit-Literatur.

---

<sup>3</sup> Die Verwendung und Verbindung des Ayurveda, „dem Wissen um bzw. für ein (langes) Leben“, im Zusammenhang mit dem Yoga stammt aus der Neuzeit.

## Sanskrit und die indische Sprachenvielfalt

Die Sanskrit-Sprache, und damit auch der Hinduismus, geht auf die vorhistorische Verschmelzung verschiedener Sprach- und Kulturgemeinschaften im südasiatischen Raum zurück. Sanskrit gehört zum indischen bzw. indo-arischen Zweig der grossen Familie der indo-germanischen bzw. indo-europäischen Sprachen, welche alle aus dem sog. Urindogermanischen hervorgegangen sind. Sanskrit ist mit den meisten europäischen Sprachen wie Griechisch und Latein, aber auch mit Deutsch, Englisch und sogar Russisch entfernt verwandt. So bestehen bemerkenswerte Ähnlichkeiten u.a. bei Zahl-, Verwandtschafts- und auch zwischen religiösen Schlüssel-Wörtern wie zum Beispiel lat. *deus*, ital. *dio* und Skt. *deva* (Gott) oder Skt. *ātman* und dt. *Atem*, *atmen* und sogar zwischen *yoga* und *yuga* (Zeitalter) und lat. *iugum*, engl. *yoke* und dt. *Joch*<sup>4</sup>. In ihrer vedischen Frühform ist Sanskrit die älteste Sprache dieser Sprachfamilie in Südasiens. Es werden drei, teils parallele (unten: 1 und 2; 1 und 3), teils aufeinanderfolgende Entwicklungsstufen (unten: 1a und 1b; 2 und 3) der indoarischen Sprachen unterschieden (Filliozat 2009: 11ff.):

- 1) Die **alt-indoarischen Sprachen**, das heisst (a) Vedisch oder vedisches Sanskrit, die Sprache der ältesten indischen Literatur, der Veden, sowie (b) das klassische Sanskrit, welches sich bis heute vor allem als akademische bzw. Gelehrten- und Ritual-Sprache hauptsächlich des brahmanischen Hinduismus seit zweieinhalb Jahrtausenden in ganz Indien erhalten hat.
- 2) Die **mittel-indoarischen Sprachen** oder Prakrit-Dialekte hingegen dienten zwischen zwei, drei Jahrhunderten vor bis etwa dem zehnten Jahrhundert nach Christus als regionale Volks- und offizielle Staatssprachen. In diesen angesehenen Sprachen sind nicht nur die kanonischen Texte des Jainismus und frühen, südindisch-ceylonesischen Buddhismus verfasst worden<sup>5</sup>, sondern auch viele Inschriften mit königlichen Erlassen und Lobpreisungen.
- 3) Schliesslich die **neu-indoarischen Sprachen**, zu welchen die meisten modernen Sprachen und Literaturen Nordindiens gehören wie Hindi (v.a. in den Bundesstaaten Delhi, Uttar und Madhya Pradesh, Haryana, Rajasthan, Bihar, Himachal Pradesh), Marathi (Maharashtra), Gujarati (Gujarat) und Bengali (West-Bengalen), die sich im Mittelalter entwickelt und die mittelindischen Sprachen als regionale Volkssprachen abgelöst haben.

Einen Überblick über die moderne indoarische Sprachfamilie, deren Haupt-Sprachen und Verbreitung in Nordindien gibt die Abbildung 1. Mit diesen Sprachen kontrastiert das Dravidische, die zweite grosse Sprachfamilie des indischen Subkontinents, mit Tamil (der Sprache des Bundesstaates Tamilnadu und Teilen Sri Lankas), Kannada (Karnataka), Telugu (Andhra Pradesh und Telangana) und Malayalam (Kerala) als bedeutendste Sprachen und Literaturen Südindiens (Abb. 2). Darüber hinaus besteht bis heute eine grosse Anzahl Stammessprachen, welche vor allem in Rückzugsgebieten Süd-, Mittel- und Ostindiens verbreitet sind. Es wird vermutet, dass die dravidischen Sprachen, ebenso wie die Stammessprachen, zu den Ursprachen Indiens gehören, und deren Bevölkerungsgruppen von den aus Zentralasien einwandernden (Indo-)Ariern nach Süden zurückgedrängt worden sind. Im Rahmen der Volkszählung 2001 sind 122 indische Sprachen mit mindestens 10'000 Sprechern in vier indischen Sprachfamilien erhoben worden<sup>6</sup>. Eine Studie des Forschungs-

---

<sup>4</sup> Bei Huchzermeyer (2013a: 15 – 22) finden sich viele weitere Beispiele.

<sup>5</sup> Die meisten Schriften des späteren Buddhismus Nordindiens (Mahayana) hingegen wurden unter dem Einfluss des hinduistischen Tantrismus in sog. buddhistischem oder Hybrid-Sanskrit verfasst.

<sup>6</sup> Dazu zählen die indoarische Sprachfamilie mit 21 Sprachen, die dravidische mit 17, die tibetoburmanische mit 66 und die austroasiatische Sprachfamilie mit 14 Sprachen.

und Publikationszentrums „Bhasha“ aus dem Jahr 2013 kam ohne diese Einschränkung auf 780 Sprachen und 66 Schriften ([www.n-tv.de](http://www.n-tv.de)).<sup>7</sup>

Aus der unverwechselbar indischen Perspektive wird das Beziehungsgeflecht zwischen der grossen Anzahl indischer Sprachen nicht historisch oder evolutionistisch gedeutet, sondern als differenzierter Ausdruck ein- und desselben transzendenten Wortes Gottes. Der oft zitierten, sprichwörtlichen sozialen und kulturellen, religiösen und philosophischen – und eben auch sprachlichen – „Einheit in der Vielfalt“ hat der grosse Grammatiker Bhattakalanka (6. Jh.), der für seine Muttersprache Kannada eine Grammatik in Sanskrit verfasst hat, folgendermassen Ausdruck verliehen:

*„Wie der während dem Monsun vom Himmel fallende Regen, obschon derselbe und mit demselben Geschmack, je nachdem ob er auf salzigen, fruchtbaren oder trockenen Boden fällt, verschiedene Eigenschaften annimmt, nämlich als salzig, süss oder bitter schmeckendes Wasser, (...) so wird das Wort Gottes, obschon ursprünglich eine einzige, unausgeformte Sprache wie das (undifferenzierte) Rauschen von (Meeres-)Wellen, in die verschiedenen Sprachen umgewandelt, wenn es auf das Ohr der Hörer in den verschiedenen Landesregionen trifft.“<sup>8</sup>*

## Verbreitung der Sanskrit-Sprache

Der grobe Überblick über die grosse Sprachenvielfalt Indiens zeigt einerseits, dass Sanskrit zwar als Sprache des Veda und der heiligen Schriften der hinduistischen Tradition sowie aufgrund ihres Alters und Langlebigkeit für die meisten indischen Kulturen und Mentalitäten eine grosse Rolle gespielt hat und bis heute spielt. Andererseits zeigt der Überblick aber auch, dass die Verbreitung des Sanskrit in Indien auch in religiösen Kreisen nie absolut bzw. flächendeckend war und sein konnte, sondern immer wieder mit religiösen und sozialen, wirtschaftlichen oder politischen Entwicklungen, Notwendigkeiten und Widerständen zu kämpfen hatte. Insbesondere **Tamil** verfügt als Hoch- und Volkssprache über eine ebenfalls hochstehende und vielfältige, ältere und moderne Sprache und Literatur, welche derjenigen des Sanskrit bezüglich Schönheit, Reichtum und religiös-philosophischer Tiefe ebenbürtig sind. Ausserdem wurde Sanskrit - und damit die brahmanischen Eliten - nicht nur von den Jainas und frühen Buddhisten abgelehnt, sondern erhielt ab dem Mittelalter durch die neu entstehenden indoarischen Umgangssprachen, in welchen die Anhänger der grossen Bhakti-Volksbewegung ihrer Liebe und Hingabe an ihre persönliche Gottheit Ausdruck verliehen, auch innerhalb des Hinduismus Konkurrenz. Gleichzeitig machten und machen diese modernen Sprachen bis heute über die Schrift hinaus bei der Sanskrit-Sprache grosse Anleihen. Tatsächlich verhält sich Sanskrit zu Hindi oder Marathi ganz ähnlich wie Latein zu Italienisch oder Spanisch. Während der islamisch geprägten Mogul-Dynastie (1500 - 1750) war Persisch indische Amtssprache geworden, konnte jedoch die indischen Sprachen einschliesslich Sanskrit als Sprachen der Künste, Wissenschaften und des religiösen und philosophischen Hinduismus nicht verdrängen.

So zeugt die Geschichte der indischen Sprachen von einer permanenten, wechselseitigen linguistischen und kulturellen Beeinflussung und Überlagerung. In diesen komplexen Sprachprozessen und Bemühungen Indiens, für ihre Zivilisation(en) eine gemeinsame Sprache zu finden, fand Sanskrit nicht auf Anhieb Akzeptanz. Erst ab

---

<sup>7</sup> Eine interaktive Übersicht über die wichtigsten, in den aktuell 29 Bundesstaaten gesprochenen Sprachen bietet: [www.mapsofindia.com/culture/indian-languages.html](http://www.mapsofindia.com/culture/indian-languages.html).

<sup>8</sup> In: Filliozat 2009: 56. Mit einem dem Helden-Gott Hanuman gewidmeten Vers wird bis heute Schulkindern in Indien eine vergleichbare, alle Weltanschauungen einschliessende Glaubentoleranz angebildet: „Möge der Herr des Universums, der das Böse aus dem Weg räumt – welchen die Verehrer Shivas als Shiva verehren, die Vedantins als Brahma, die Buddhisten als Buddha, die Anhänger der Nyaya-Philosophie, welche sich in der Logik auskennen, als Mittler, jene, die den Jaina-Lehren anhängen, als Arhat, und die Ritualisten der Mimamsa-Schule als Karma – möge Er die Wünsche aller unserer Herzen erfüllen“(Hanumannatakam 1:1, in: Sampad & Vijay 2002: 105).

dem frühen Mittelalter etablierte sich Sanskrit auch in den königlichen und übrigen Verwaltungen und gewann dank seiner Kanonisierung und gleichzeitigen Anpassungsfähigkeit ab etwa dem 10. Jahrhundert die Oberhand. Der betreffende, panindische Prozess wird als „**Sanskritisierung**“ bezeichnet. Darunter wird einerseits die Anpassung von nicht-Sanskrit-Wörtern an die Sanskrit-Aussprache verstanden, andererseits der häufige Gebrauch von Sanskrit-Vokabular, zum Beispiel in Hindi oder Marathi, aber auch in Tamil und Malayalam, meist für formale und religiöse Zwecke. „Sanskritisierung“ bezeichnet aber für Ethnologen und Soziologen auch den Prozess, dank dessen niedrige Kasten auch heute versuchen, ihren sozioökonomischen Status zu verbessern, nicht durch sprachliche Anleihen, sondern durch die Übernahme älterer, reinerer und damit hierarchisch höherstehender Elemente der brahmanisch geprägten „Sanskrit-Kultur“, wie Vegetarismus, die Verehrung von „Sanskrit-Gottheiten“ oder die Beanspruchung von Brahmanen für rituelle Zwecke (Kessler-Persaud in: BEH 2015).

Sanskrit hat sich aufgrund seines sakralen Charakters, seiner Langlebigkeit und Stabilität bei gleichzeitiger Adaptions- und Assimilationsfähigkeit bis zum heutigen Tag als einziger gemeinsamer Träger traditioneller indischer Kultur, Werte und Mentalitäten erhalten und gilt deshalb mit Fug und Recht als einzige, die grosse Mehrheit indischer Sprachen verbindende National-Sprache Indiens. Diese tragende Funktion wird durch die zeitweise enorme geographische und ethnische Verbreitung bezeugt. Während des indischen «Goldenen Zeitalters» zwischen dem 4. und 5. Jahrhundert unserer Zeitrechnung erlebte die Sanskrit-Literatur unter der Gupta-Dynastie ihre grösste Blütezeit. Im Verlauf der vergangenen vier Jahrtausende hat sich die Sprache in verschiedenen Formen und Anwendungen weit über den indischen Subkontinent und Ceylon hinaus vom indonesischen Bali bis Ost-Iran und in ganz Zentral- und Südostasien, allerdings hauptsächlich unter brahmanischen und weiteren Eliten, verbreitet (Filliozat 2009: 121ff.).

In der indischen Verfassung von 1949 ist Sanskrit als eine der damals 14 (heute 22) anerkannten, *gesprochenen* Staats-Sprachen aufgenommen worden. Wenige Jahre später wurde sogar versucht, Englisch, das neben Hindi offizielle Amtssprache war bzw. ist, durch ein vereinfachtes Sanskrit zu ersetzen. In der nationalen Erhebung von 1971 gaben 2'212 indische Staatsbürger Sanskrit als ihre Muttersprache an, in der Erhebung von 2001 waren es hierzu bereits 14'135 Personen, vor allem in Varanasi (ehemals Benares). Die Entwicklung von der rein mündlichen Überlieferung über handschriftliche Manuskripte und den Buch-Druck (Abb. 3) bis zu elektronischen Massen-Produkten in Form von Kassetten und Videos sowie TV-Programmen, CD-ROMs und DVDs und schliesslich zur virtuell, zeit- und ortsunabhängigen Verfügbarkeit einer rasch wachsenden Fülle von Sanskritquellen, Wörterbüchern, Grammatiken und sogar Apps und Übersetzungs-Software (Itranslator) unterstützt die flächendeckende Verbreitung und Nutzung der Sanskrit-Sprache, -Kultur und -Literatur. Diese Verbreitung schlägt sich u.a. auch in der zunehmenden Aufnahme von (religiösen) Sanskrit-Begriffen, wie zum Beispiel Karma, Guru, Ashram, Yoga, Mantra oder Cakra, in den Sprachgebrauch der europäischen Sprachen nieder.

Mit der Machtübernahme der rechtsnationalen „indischen Volkspartei“, der „Bharatiya Janata Party BJP“, mit Narendra Modi als Ministerpräsident im Frühling 2014 erhielten die hindu-nationalistischen und fundamentalistischen Bewegungen und damit auch die Sanskrit-Sprache neuen Auftrieb. Insbesondere die radikal-hinduistische, hierarchisch organisierte Kaderorganisation „Rashtriya Swayamsevak Sangh RSS“, welcher auch Narendra Modi angehörte, verstärkt seither ihre Forderungen nach einer konsequenten Hinduisierung und Sanskritisierung Indiens. Das Bildungsministerium selber ersetzte Ende 2014 in den rund tausend Staatsschulen, in welchen Kinder von Staatsangestellten unterrichtet werden, Deutsch (und andere moderne Fremdsprachen) als dritte Pflicht-Sprache neben Hindi und Englisch durch Sanskrit. Dies wurde damit

begründet, dass der Unterricht westlicher Fremdsprachen Indiens Kultur gefährde und Sanskrit als „heilige Sprache der Hindus“ zwingend gelehrt werden müsse<sup>9</sup>.

## Entwicklung der Sanskrit-Sprache

Für die alt-indoarischen Sprachen einschliesslich des Sanskrit selber können grob vier Entwicklungsphasen unterschieden werden<sup>10</sup>. Die erste Phase stellt das **Vedische** dar, in dem die Ursprünge des Sanskrit liegen. Die vedische Sprache hat sich zwischen 1750 und 600 vor Christus mitten unter verschiedenen indoarischen Volkssprachen (Prakrits) zu einer klar definierten religiösen Dichter-Sprache entwickelt und in ganz Nordindien verbreitet. Die älteste Entwicklungsstufe und archaischste Form des vedischen Sanskrits findet sich im Rigveda, der ältesten Hymnensammlung des Veda (1750 – 1200 v.Chr.). Das vedische Sanskrit und seine Dialekte weisen wegen ihrem teilweise anderen Wortschatz und anderer Aussprache, ihrer geringeren Regelmässigkeit und noch grösseren Formenvielfalt als das jüngere, klassische Sanskrit einen hohen Schwierigkeitsgrad auf. Hinzu kommt, dass die vedische Literatur aufgrund ihres archaischen und teilweise magisch-mystischen Charakters hohe Anforderungen an Sprachkenntnisse, sprachlich-inhaltliches Einfühlungsvermögen, Intuition und Imagination für die naturalistisch-magisch-kosmischen Glaubensvorstellungen, Rituale und Erfahrungen der damaligen Zeitepoche stellt.

Berühmtestes und ältestes Zeugnis für diese archaische Entwicklungsstufe sind die umfangreichen **Veden**, die Hymnen, Gesänge, rituellen Formeln und Zaubersprüche der vier „Sammlungen“ oder *samhitā* (**Rig-, Sama-, Yajur-, Atharva-Veda**), die Ritualtexte der Brahmanas, sowie die Aranyakas und die älteren bzw. klassischen zwölf Upanishaden<sup>11</sup>. Der Veda, insbesondere die vier Sammlungen, sind gemäss traditionellem Verständnis von begnadeten, visionären Sehern (Rishis), Dichtern (Kavis) und Weisen (Munis) innerlich empfangen bzw. „gehört“ oder „geschaut“ worden. Seither ist der Veda, „Wissen“, in einer ununterbrochenen Kette von Meistern (*guru-paramparā*) in verschiedenen Rezensionen in streng geregelten Schultraditionen (*sampradāya*) in ausschliesslich mündlicher Form bis in nachchristliche Zeit an auserlesene Schüler und Schüler-Zirkel überliefert worden (Abb. 4). Das dafür erforderliche, ausserordentliche Gedächtnisvermögen lässt sich von der Tatsache ableiten, dass der Rigveda allein 10'462 Verse mit 153'826 Wörtern umfasst und dessen einfaches Auswendiglernen zwei Jahre, dasjenige gemäss allen elf Rezitationsmethoden jedoch rund zwölf Jahre beträgt<sup>12</sup>.

Die zweite Phase fällt in die postvedische Zeitepoche vom 6. bis 4. Jahrhundert vor Christus und betrifft die **Standardisierung der vedischen Sprache und Überlieferung**. Diese Periode ist einerseits durch die Standardisierung und damit den Erhalt der vedischen Sprache und ihrer Literatur und andererseits durch die Herausbildung und Kanonisierung des klassischen Sanskrit gekennzeichnet. Die Standardisierung der vedischen Sprache und Überlieferung diente insbesondere dem Ziel, Verständnis und Lernen einschliesslich korrekte Aussprache und Auslegung des Veda sowie dessen exakte rituelle Anwendung zu erleichtern und zu sichern.

---

<sup>9</sup> V. Pabst, Indiens radikale Hindus: Die Geister, die er rief, in: NZZ 19.12.2014; Sampad & Vijay (2002: 145ff.) liefern Argumente, warum Sanskrit keine spezifisch hinduistische Sprache ist.

<sup>10</sup> Obschon die Schaffung der Sanskrit-Sprache auf göttlichen Ursprung zurückgeführt wird (siehe Teil II) stellt Vyaas Houston (o.J.) die interessante, nachvollziehbare Hypothese auf, dass die Sprache im Verlauf von Jahrtausenden von Menschen selber als Ergebnis ihrer aktiven, intensiven Suche nach ihrer eigenen göttlichen Natur entdeckt, entwickelt und vervollkommen worden ist. Houston beschreibt einen Prozess von rund zwölf Stufen, an dessen Ende Sanskrit als Instrument des Yoga perfektioniert worden ist.

<sup>11</sup> Bis in die Neuzeit sind immer wieder neue Upanishaden verfasst worden, welche die Überzeugungen und Praktiken bestimmter religiöser Bewegungen beinhalten.

<sup>12</sup> Filliozat 2009: 22. Die Tatsache, dass viele Inder über ein überdurchschnittliches Gedächtnisvermögen verfügen und u.a. erfolgreiche Software-Entwickler sind, wird mit der Jahrtausende währenden rein mündlichen Überlieferung bzw. Memorierung des Veda und der klassischen Schriften des Hinduismus in Verbindung gebracht.

Aufgrund der diversen Sprachentwicklung in ganz Nordindien war der Veda mindestens teilweise unverständlich geworden und wurde abweichend rezitiert, interpretiert und rituell verwendet. Dies führte schon in jener Zeit - und bis heute - zu grossen Debatten, ob sich der Veda anhand sprachwissenschaftlicher Analysen und Studien inhaltlich entschlüsseln lässt (Yaska) oder ob es besser sei zu akzeptieren, dass er inhaltlich vollständig bedeutungslos ist und sein Hauptnutzen in seinem Wert als Mantra, das heisst als magisch-mystische Klänge liegt und nicht als inhaltlich bedeutsame Sprache (Kautsa: in BEH 2015: Deshpande)<sup>13</sup>. Der Standardisierungsprozess fand in sechs im einfach zu memorierenden Sutra-Stil verfassten Anhängen bzw. „Gliedern des Veda“ (*veda-aṅga*) seinen Abschluss: Phonetik, Metrik, Grammatik und Vokabular sowie Ritualistik, Astronomie und Astrologie. Dabei spielte die Phonetik eine besondere Rolle. Anders als handschriftbasierte Traditionen mit ihren unvermeidlichen Kopierfehlern konnte dank der Entwicklung von elf Rezitationsmethoden immerhin die wort-, silben- und aussprachegetreue mündliche Überlieferung des Veda bis heute gesichert werden. Für die Entwicklung des klassischen Sanskrit, dessen Name in vedischer Zeit noch unbekannt war, stellte sich hingegen Grammatik als wichtigste Hilfswissenschaft heraus.

Die Phase der Standardisierung der Überlieferung bzw. Rezitationsweise des Veda überlappt mit dem **Übergang vom vedischen zum klassischen Sanskrit** zwischen dem 6. bis 1. Jh. v. Chr. bzw. mit der dritten Phase, der **Kodifizierung des Sprachgebrauchs und der Kanonisierung des klassischen Sanskrit**. Damit ist die Entwicklung, Sammlung und Aufnahme von sprachlichen Normen in autoritativen Regelwerken oder Grammatiken verbunden. Diesbezüglich markiert die Grammatik Ashtadhyayi oder die „acht Lektionen“ von Panini (zwischen 6. und 4. Jh. v. Chr.) den wichtigsten Meilenstein, indem sie bis heute unübertroffen geblieben und allgemein als Haupt-Referenz anerkannt ist. Paninis strukturelle Grammatik ist, welche ebenfalls im Sutra-Stil und einem modernen Computer-Programm ähnlich verfasst ist, lässt sich nicht mit einer modernen Grammatik europäischer Sprachen vergleichen. Darin beschreibt Panini die damals von ihm und den übrigen Angehörigen seiner gehobenen, brahmanischen Schicht in Nordindien gesprochene erste bzw. Vater-Sprache. So wie die brahmanische Elite die Volkssprache(n) wohl verstanden, jedoch nicht nutzten, wurde Sanskrit von den Männern der übrigen drei Hauptklassen wahrscheinlich kaum gesprochen, doch hinlänglich verstanden<sup>14</sup>. Frauen, ebenso wie den kastenlosen Shudras, blieb zwar nicht die Sanskrit-Sprache und -Literatur generell, doch der Zugang zum autoritativen Veda bis heute verwehrt<sup>15</sup>. Paninis Grammatik stellt gleichsam die Kanonisierung von Struktur und Gebrauch der klassischen Sanskrit-Sprache dar, welche bis heute überlebt hat. Sie stellt das während der vergangenen 2500 Jahre am häufigsten benutzte Sanskrit-Handbuch dar. Nach Panini folgende grosse Sanskrit-Gelehrte, wie zum Beispiel Patanjali (2. Jh. v. Chr.)<sup>16</sup>,

---

<sup>13</sup> Der amerikanische Sanskrit-Gelehrte Vyaas Houston (o.J.), zum Beispiel, betont, dass Klang bzw. Sprache (*vāk*) und deren Bedeutung (*artha*) ebenso wichtig sind und aus dem Singen von Sanskrit-Texten und -Mantras ohne deren inhaltliches Verständnis kein vollumfänglicher Nutzen gezogen werden könne. Sri Ramana Maharshi hingegen, der die tägliche Rezitation von vedischen Texten (*veda-parāyana*) in seiner und der Gegenwart von Brahmanen und Nicht-Brahmanen, Indern und Westlern, Männern und Frauen förderte, verneinte die Frage, ob die Zuhörenden nicht auch die Gesangstexte verstehen sollten, da das Hören alleine den Geist beruhige und es genüge, sie als eine Hilfe für die Meditation zu nutzen (Ebert 2011, 126). Die Veda-Schule des Sri Ramanasramam jedoch war und ist bis heute nur brahmanischen Knaben zugänglich.

<sup>14</sup> Die vedische und brahmanische Tradition ist ausgesprochen patriarchalisch und hat die indische Gesellschaft bis heute nachhaltig geprägt. Traditionsgemäss stehen der Unterricht bzw. die Weitergabe und die rituelle Anwendung des Veda ausschliesslich der obersten Kastengruppe, den brahmanischen Priestern und Gelehrten, sowie nur deren Männern offen. Männer der zweit- und drittobersten Klasse, Könige und Krieger sowie Bauern und Händler, wurden jedoch zum Veda-Studium zugelassen und konnten der von ihnen finanzierten Rezitation und Durchführung vedischer Rituale beiwohnen.

<sup>15</sup> Bis heute haben Mädchen bzw. Frauen keinen Zugang zu traditionellen Veda-Schulen. Es sind jedoch Fälle von fortgeschrittenem Wissen und Beherrschung der Sprache auch durch Frauen und Nicht-Brahmanen bekannt. Siehe auch Fussnote 13.

<sup>16</sup> Historisch gesehen ist der Grammatiker Patanjali vom Verfasser der Yoga-Sutras gleichen Namens zu unterscheiden. Aufgrund des verbreiteten ahistorischen Denkens werden jedoch in Indien für die hinduistische Tradition bedeutende Träger desselben Namens miteinander identifiziert.

verstärkten mit ihren Kommentaren zur Ashtadhyayi die von Panini begründete Stabilisierung der klassischen Sanskrit-Sprache. Aufschlussreich ist Patanjalis Beschreibung der Nutzer der für ihn besten Sprache als *śiṣṭa*, „gelehrt, erzogen, (aus)gebildet“:

*„(...) jene, welche Brahmanen sind, welche einen vollen Kornspeicher haben, begierdelos, interesselos sind und ohne Schwierigkeit eine Wissenschaft vollkommen gemeistert haben, sie sind die gebildeten Leute, welche unseren Respekt verdienen“ (Filliozat 2009: 34).*

Die vierte und letzte Phase des Alt-Indoarischen besteht in einer einzigen, aber wichtigen **Weiterentwicklung** der Sanskrit-Sprache, so wie sie bis heute erhalten ist. Sie betrifft die Tatsache, dass das klassische Sanskrit ab der Zeitenwende die für die Veda-Rezitation wesentlichen drei Tonhöhen bzw. den Akzent verlor. Dies deutet darauf hin, dass Sanskrit von einer Sprache, die aufgrund der Geburt in eine bestimmte Klasse in die Wiege gelegt wird, zu einer Zweit-Sprache mutierte. So wird Sanskrit in Übereinstimmung mit den unterschiedlichen Akzenten der verschiedenen indischen Umgangssprachen – anders als das Vedische - in den verschiedenen Regionen bis heute unterschiedlich ausgesprochen (eda.: 35).

### **Vollkommenheit des klassischen Sanskrit**

Der **Name** Sanskrit als Bezeichnung für diese Sprache ist erst für das 5. oder 6. Jahrhundert belegt. *samskr̥ta* bedeutet wörtlich „zusammengefügt“, und in Bezug auf die Sprache selber „verfeinert, veredelt, vervollkommnet“ bzw. „fertig, vollendet, perfekt“. Im Gegensatz zu den Prakrits, den gewöhnlichen oder «natürlichen» Sprachen, kann das klassische Sanskrit als Sprache definiert werden, die «zu formaler Vollkommenheit gebracht» worden ist (Vyaas Houston o.J.). Die Vollkommenheit der Sprache basiert auf mehreren Aspekten: Zunächst auf dem aus 48 bzw. 50 Buchstaben, nach systematisch-logischen, phonetischen Ordnungsprinzipien aufgebauten Alphabet mit feststehender, unveränderlicher Aussprache. Neun Laute gehören zu den für alle indischen Sprachen unverwechselbaren, häufig verwendeten Retroflexen, bei welchen die Zungenspitze nach oben zurückgebogen den Gaumen berührt. Ein weiterer wichtiger Sprachaspekt ist das phonetische Regelwerk, welches die End- und Anfangslaute aufeinandertreffender Wörter zwecks optimalen Wohlklangs miteinander verschmelzen lässt (Sandhi). Schliesslich basiert die Vollkommenheit der Sprache auf der von Panini logisch, nach mathematischen und psychologischen Gesetzen definierten Grammatik. Für die Grammatik des klassischen Sanskrit sind die geregelte, doch grosse Formenvielfalt u.a. mit acht Fällen und sechs Zeiten, einer Dualform, verschiedenen Kompositaformen und langen Wortzusammensetzungen charakteristisch; die zwei Komposita „eierlegende Wollmilchsau“ würde in Sanskrit in einer einzigen Wort-Kombination geschrieben. Hinzu kommt ein grosser, differenzierter Wortschatz, zum Beispiel mit mehreren Dutzend unterschiedlichen Begriffen für „Frau“.

Aufgrund ihrer ausserordentlichen Adaptionsfähigkeit und Anwendbarkeit in sämtlichen Wissenschaften und Fachbereichen einschliesslich der Fähigkeit der Erweiterung des Wortschatzes ist die Sanskrit-Sprache „als vollkommenes Instrument für das Funktionieren des Intellekts in jedem Aktivitätsbereich“ definiert worden (Filliozat 2009: 41). In Anspielung auf die Vollkommenheit der von ihm festgelegten Sanskrit-Sprache sagte Panini selber (in Huchzermeyer 2013: 104):

*„Wer meine Grammatik kennt, der kennt Gott“.*

Aufgrund ihres logischen Aufbaus und ihrer Unzweideutigkeit ist Sanskrit mit der Vollkommenheit der Mathematik verglichen worden. Das Forschungszentrum der NASA hat Sanskrit 1985 im Magazin *Artificial Intelligence* als einzige, unzweideutige Sprache der Welt bezeichnet (in: Vyaas Houston o.J.). Gleichzeitig ist die Sprache aber auch insofern ein vollkommenes Instrument als es die Kraft hat, um – wie die Musik - Herz, Geist und Seele des Menschen zu erheben.

*«The extraordinary thing about Sanskrit is that it offers direct accessibility by anyone to that elevated plane where the two, mathematics and music, brain and heart, analytical and intuitive, scientific and spiritual become one» (Vyaas Houston eda.).*

So bestand auch für die sich parallel entwickelnde Wissenschaft des Yoga mit all ihren Praktiken, Experimenten und Entdeckungen kein Bedarf für eine neue Sprache oder um das klassische Sanskrit zu modifizieren; schliesslich ist Sanskrit auch die Sprache der Mantras (siehe Teil II). So kann mit Vyaas Houston (eda.) festgehalten werden, dass «um 500 v. chr. Sanskrit als Instrument vervollkommen worden war, um den Gipfel des menschlichen Strebens zu definieren». Klarheit und Inspiration, Logik und Kraft im schöpferischen Ausdruck der Sanskrit-Sprache sind wohl besser ausgedrückt worden als durch den grossen Dichter-Philosophen und Yogi Sri Aurobindo (in: Vyaas Houston o.J.):

*«The Ancient and classical creations of the Sanskrit tongue both in quality and in body and abundance of excellence, in their potent originality and force and beauty, in their substance and art and structure, in grandeur and justice and charm of speech and in the height and width of the reach of their spirit stand very evidently in the front rank among the world's great literatures.*

*The language itself, as has been universally recognized by those competent to form a judgement, is one of the most magnificent, the most perfect and wonderfully sufficient literary instruments developed by the human mind, at once majestic and sweet and flexible, strong and clearly-formed and full and vibrant and subtle, and its quality and character would be of itself a sufficient evidence of the character and quality of the race whose mind it expressed and the culture of which it was the reflecting medium.»*

## **Göttliche Schrift**

Die Schrift kam erst relativ spät nach Indien und war auch dann nur von untergeordneter Bedeutung, da Wissen in Indien ja meist mündlich vermittelt und auswendig gelernt wurde. Dies mag der Grund dafür sein, dass die Sanskrit-Sprache in ihrer Geschichte keine eigene Schrift entwickelt hat und bis in die ersten Jahrhunderte der christlichen Zeitrechnung eine rein mündliche Sprache geblieben ist. Danach wurde Sanskrit-Literatur in Stein gemeisselt und später auf Kupferplatten, in Form von Palmblättern (Abb. 5) und ab dem 11. Jahrhundert auf Papier niedergeschrieben. Die Produktion von heute mehreren Millionen Sanskrit-Manuskripten ist ein Phänomen des Mittelalters. Seit dem 12. Jahrhundert ist **deva-nāgarī**, „die in der Stadt der Götter benutzte (Schrift)“, die am weitesten verbreitete und gebräuchlichste Schrift des Sanskrit. Die Devanagari stammt wie alle anderen indischen und eine Reihe zentral- und südostasiatischer Schriften über mehrere Schriftstufen von der Brahmi-Schrift ab. Diese war schon von Kaiser Ashoka für seine in Prakrit-Sprachen verfassten Säuleninschriften im 3. Jahrhundert vor Christus benutzt worden. Alle indischen Schriften stammen über semitische Zwischenstufen, wie auch die europäischen Schriften (Griechisch, Latein, Kyrillisch), wahrscheinlich von der phönizischen Schrift ab und sind nicht mit dem ostasiatischen Schriftkreis verwandt. Die Devanagari ist, wie alle anderen indischen Schriften, eine Silbenschrift und wird von links nach rechts geschrieben. Sie ist eine relativ leicht zu erlernende, schwungvolle, kreative Schrift, welche auch von einigen wichtigen nordindischen Sprachen, wie Hindi und Marathi, benutzt wird und damit den Zugang zu diesen Sprachen erleichtert (siehe Abb. 1). Seit dem 19. Jahrhundert gibt es auch eine Transkription des Sanskrit in lateinischer Umschrift. Die gebräuchlichste - auch in diesem Beitrag verwendete - Umschrift für Fach- und Wörterbücher ist seit einigen Jahrzehnten jene der *National Library at Calcutta, NLAC*<sup>17</sup>. Für die Computer-

---

<sup>17</sup> NLAC wurde von der Indischen Nationalbibliothek in Kolkata als Transliterations-Standard zur Darstellung indischer Alphabete festgeschrieben und wird vorwiegend in der Indologie, das heisst in Fach- und Wörterbüchern verwendet.

Anwendung wiederum sind verschiedene Schriften, wie Velthuis, Harvard-Kyoto und ITRANS, entwickelt worden (Waite 2005: Anhang 1).

## Warum Sanskrit lernen?

Der Oxford-Indologe Richard Gombrich begründet das Sanskrit-Studium folgendermassen: „Die Gründe, heute Sanskrit zu lernen, sind seit eh und je dieselben geblieben: das riesige Volumen der Sanskrit-Schriften enthält und bewahrt für uns einen wertvollen Teil des Kulturerbes der Menschheit einschliesslich viel wunderbarer Literatur und viele interessante, ja faszinierende Ideen“ (in Sampad und Vijay 2002: 150). Jawaharlal Nehru, der erste Ministerpräsident des unabhängigen Indien, hat die Sanskrit-Sprache und –Literatur als wertvollstes Erbgut und grössten Schatz Indiens bezeichnet (in Huchzermeyer 2014: 112). Und von den indischen Sanskrit-Gelehrten Sampad & Vijay (2002: 153ff.) ist Sanskrit sogar als „Sprache der indischen Seele“ bezeichnet worden, was auf deren Bedeutung als Sprache der Mantras durchaus zutrifft.

Für Yoga-LehrerInnen stellt das Sanskrit-Studium eine interessante Zusatzqualifikation dar. Schon Grundkenntnisse von Alphabet, Schrift und Aussprache sowie Verständnis und Aneignung eines religiös-spirituellen Basis-Vokabulars und wichtiger Mantras bieten einen mehrfachen Mehrwert:

**Beruflicher Gewinn:** Grundlegende Sanskrit-Kenntnisse führen zu einer Erweiterung der Fach-Kompetenzen, indem sie Yoga-LehrerInnen dazu befähigen,

- Schlüssel-Texte und Schlüssel-Begriffe der Yoga-Philosophie und Yoga-Praxis anhand von Übersetzungen im Original zu identifizieren und für den Unterricht auszuwählen
- im Unterricht Yoga-Texte und –Begriffe in Kenntnis des soziokulturellen, religiösen und philosophischen Hintergrundes gezielt und souverän einzusetzen
- im Unterricht mit Sanskrit-Mantras und -Begriffen
  - in Kenntnis der verschiedenen Traditionen, Bedeutungen und Wirkungen gezielt und verantwortungsvoll umzugehen
  - und diese in Umschrift korrekt zu schreiben und auszusprechen.
- zwischen traditionell-indischen und neuen, modern-westlichen Yoga-Formen zu unterscheiden
- oft widersprüchliche oder eigenwillige Übersetzungen, Kommentare und Interpretationen von Schlüsselbegriffen und Mantras zu erkennen und zu hinterfragen.
- Diese Professionalisierung erlaubt eine verbesserte Profilierung und Positionierung auf dem Yoga-Anbietermarkt.

**Persönlicher Gewinn:** Entdeckung grosser spiritueller Klassiker der Weltliteratur und damit Erschliessung eines unerschöpflichen Fundus an traditionellen Quellen für die persönliche, spirituelle Entwicklung.

**Gesundheitlicher Gewinn:** das Erlernen einer Fremdsprache stellt erwiesenermassen eine der besten Präventionsmethoden gegen kognitive Krankheiten, wie demenzielle Erkrankungen, dar.

## Ist Sanskrit schwierig zu erlernen?

Sanskrit als leicht zu erlernende Sprache darzustellen, wäre gelogen, ebenso jedoch, sie als ausserordentlich schwierig zu bezeichnen – und welche Sprache, selbst die Muttersprache, ist leicht zu erlernen? Der auch in Indien als Veda-Gelehrter und Pandit anerkannte Tantra-Yogi David Frawley bezeichnet Sanskrit als eine wissenschaftliche Sprache, welche bezüglich Aussprache, Rechtschreibung und Grammatik logisch und einheitlich ist (Frawley 2012: 55f.):

*„Sie ist einfacher auszusprechen als Englisch. Ihre Schrift ist viel leichter zu erlernen als die chinesischen Schriftzeichen und ihr Alphabet ist nicht schwieriger als das griechische. Die Sanskrit-Grammatik mag entmutigen, ist aber nicht viel schwieriger als die russische Grammatik, und ein Kenntnis der Sanskrit-Grammatik ist für den Gebrauch der meisten Mantras nicht erforderlich.“*

Nicht die Meisterung der Schrift, in Devanagari und Umschrift, und auch nicht die korrekte Aussprache stellen eine besondere Herausforderung dar. Beides kann mit etwas regelmässiger Übung in nützlicher Frist angeeignet werden. Schwierigkeiten bereiten die Formenvielfalt des Sanskrit, die Erkennung des Sandhi sowie die Aufschlüsselung langer Wort-Zusammensetzungen (Komposita). Für den professionellen und wirkungsvollen Einsatz von Schlüsselbegriffen und der meisten Mantras im Yoga-Unterricht sind jedoch keine Kenntnisse der Sanskrit-Grammatik erforderlich. Zu diesem Zweck genügen die Erlernung des Alphabets, der Aussprache und Schrift, sowie, darauf aufbauend, die Aneignung von Schlüsselbegriffen des Yoga und wichtiger Mantras. Dies ist das Ziel des Yoga-Lehrganges 2016 in Villeret.

Leichtere bis mittelschwere Sanskrit-Texte, wie zum Beispiel die Bhagavadgita, lassen sich nach einem rund zweijährigen Grundstudium erschliessen, schwierige, zum Beispiel vedische Texte, nach rund vier Jahren. Für alle Lernstufen und viele Literatur-Gattungen stehen inzwischen in Englisch und zum Teil auch in Deutsch eine Anzahl guter Hilfsmittel in gedruckter oder elektronischer Form zur Verfügung, welche das begleitete und Selbst-Studium unterstützen. Mit welchem Ziel und in welcher Intensität auch immer – die Herausforderung, die das Erlernen dieser Sprache darstellt, steht in einem guten Verhältnis zum zu erwartenden Gewinn und Mehrwert.

## **Literaturverzeichnis (Teile I und II)**

Aurobindo, Sri (1987) Das Geheimnis des Veda. Gladenbach.

Avalon, A. (d.i. Sir John Woodroffe) (1968) Die Girlande der Buchstaben Varnamala. Studien über das Mantra-Shastra. Weilheim.

Bäumer, B. (2013) Mantra und die Energie des Wortes bei Abhinavagupta. Die Ebenen der Sprache und ihre Bedeutung, in: K. Baier et al. (Hg.) Text und Mystik. Zum Verhältnis von Schriftauslegung und kontemplativer Praxis. Göttingen: 13-22.

BEH: Brill's Encyclopedia of Hinduism (Online 2015). Edited by: Knut A. Jacobsen et al., Leiden. *Folgende Artikel:* B. Bäumer: Lakshman Joo; G.L. Beck: Kīrtan and Bhajan; J. Bronkhorst: Philosophy of Language, sowie: Sūtras; M. Deshpande: Language and Linguistics; H. Fischer-Tiné: Arya Samaj; T. Forsthoefel: Ramana Maharshi; B.A. Hatcher: Brahma Samaj and Keshub Chandra Sen; K.A. Jacobsen: Yoga: Pātañjala Yoga; A. Kessler-Persaud: Sanskrit Texts and Language; J. Mallinson: Yoga: Haṭha Yoga; F. Neubert: ISKCON and Bhaktivedanta Prabhupada; Ramdas Lamb: Rām (Rāmnām); P. Schreiner: Yoga: Rāja Yoga; M. Singleton: Yoga: Modern Yoga; T.L. Smith: Tantras; H. Stainton: Stotras, Sanskrit Hymns; Sthaneshwar Tiwari: Mantras; Vasudha Narayanan: Om; A. Wilke: Sound; L. Williamson: New Age Spirituality; K. Zubko: Body.

Bernhard, T. (1950) Hatha Yoga: The Report of a Personal Experience. London.

Diamond, D. (ed.) (2013) Yoga – The Art of Transformation. Washington D.C.

Ebert, G. (2011) Ramana Maharshi. Sein Leben. Norderstedt: Books on Demand

Filliozat, P.-S. (2009) The Sanskrit Language: an Overview. History and structure, linguistic and philosophical representations, uses and users. Translated from the French by T.K. Gopalan. Varanasi, 2<sup>nd</sup> English edition.

Frawley, D. (Pandit Vamadeva Shastri) (2012) Mantra Yoga and Primal Sound. Secrets of Seed (Bija) Mantras. Delhi, First Indian Edition.

Houben, J.E.M. (Ed.) (2012) Ideology and Status of Sanskrit. Contributions to the History of the Sanskrit Language. Delhi, First Indian Edition.

Houston, Vyaas (Hg.) (o. J. ) Devavani: The Language of the Gods. A Collection of Essays, Articles, and Quotes on Sanskrit. Warwick, New York : American Sanskrit Institute ; teilweise online : [www.americansanskrit.com/](http://www.americansanskrit.com/)

Huchzermeyer, W. (Hg.) (2005) Das Geheimnis der Mantra-Kraft. Karlsruhe, 4. Auflage.

Huchzermeyer, W. (Hg.) (2013a) Erlebnis: Sanskrit-Sprache. Mantra – Yoga – Linguistik. Karlsruhe, 6. Auflage.

Huchzermeyer, W. (2013b) Das Yoga-Lexikon. Sanskrit – Asanas – Biografien – Hinduismus – Mythologie. Karlsruhe, 5. Auflage.

Kulke, H. & Rothermund, D. (2010) Geschichte Indiens. Von der Induskultur bis heute. München, 2., aktualisierte Auflage der Sonderausgabe 2006.

Malinar, A. (2009) Hinduismus. Göttingen.

Michaels, A. (2012) Der Hinduismus. Geschichte und Gegenwart. München, 2., durchgesehene Auflage.

Radhakrishnan, S. (1958) Die Bhagavadgita. Baden-Baden.

- Ramananda Prasad (2014) *The Bhagavad-Gītā (The Song of God)*. Delhi, 6th Reprint.
- Sampad (Sampadananda Mishra) & Vijay (2002) *The Wonder that is Sanskrit*. Pondicherry and Ahmedabad.
- Schreiner, P. (2015) Zur Textualität der Yoga Sutras. Oder: Schreiben und lesen Yogis Bücher. In: *Yoga Journal Jubiläumstextbuch*. Villeret: 274 – 284.
- Shapiro, M.C. & Schiffmann, H.F. (1981) *Language and Society in South Asia*. Delhi.
- Singleton, M. (2010) *Yoga Body, The Origins of modern Posture Practice*. New York.
- Singleton, M. & Byrne, J. (eds.) (2008) *Yoga in the Modern World, Contemporary Perspectives*. London.
- Sivaramamurti, C. (1981) *Rishis in Indian Art and Literature*. New Delhi.
- Slaje, W. (Übers. und Hg.) (2009) *Upanischaden. Arkanum des Veda*. Frankfurt am Main und Leipzig.
- Steinmann, R.M. (1981) The Nature of Mauna and Language in Ramana Maharshi, in: *The Mountain Path 1981*: 199-203.
- Steinmann, R.M. (1986) Das Guru-Institut in Leben und Lehren Śrī Ramaṇa Maḥarṣis. In: *Asiatische Studien XL/1*: 5-21.
- Steinmann, R.M. (2015) *Guru-Śiṣya-Sambandha. Das Meister-Schüler-Verhältnis im traditionellen und modernen Hinduismus*. Stuttgart: Steiner Verlag, 1986. Online-Ausgabe: Südasiens-Institut, Universität Heidelberg: CrossAsia-Repository, 2015: <http://crossasia-repository.ub.uni-heidelberg.de/3683>.
- Thomi, P. (Hg.) (2013) *Das indische Yoga-Lehrbuch Gheraṇḍasaṃhitā*. Hamburg.
- Tripathi, R. (2012a) *Sixty Years of Sanskrit Studies (1950 – 2010)*. Vol. 1: India. New Delhi.
- Tripathi, R. (2012b) *Sixty Years of Sanskrit Studies (1950 – 2010)*. Vol. 2: Countries other than India. New Delhi.
- Vivekananda, S. (1896, 2001) *Raja Yoga or Conquering the Internal Nature*. Calcutta.
- Von Brück, M. (Übers. und Hg.) (2007) *Bhagavad Gītā. Der Gesang des Erhabenen*. Frankfurt am Main und Leipzig.
- Waite, D. (2005) *An Essential Guide to Sanskrit, for Spiritual Seekers*. New Delhi.
- Wolz-Gottwald, E. (2013) *Yoga-Philosophie-Atlas*. Petersberg, 4. Auflage.
- Zbinden, R. (Hg.) (2015) *Yoga Journal Jubiläums-Textbuch, CD-ROM*. Villeret. Artikel zu: Die Geschichte des modernen Körperyogas; Theos Bernard: Zwei Biographien geben Einblick in das Leben des herausragenden amerikanischen Yogapioniers; Interview mit Angelika Malinar.

## Teil I: Sprache, Schrift und Literatur: ABBILDUNGEN



Abb. 1: Indoarische Haupt-Sprachen (Wikipedia)

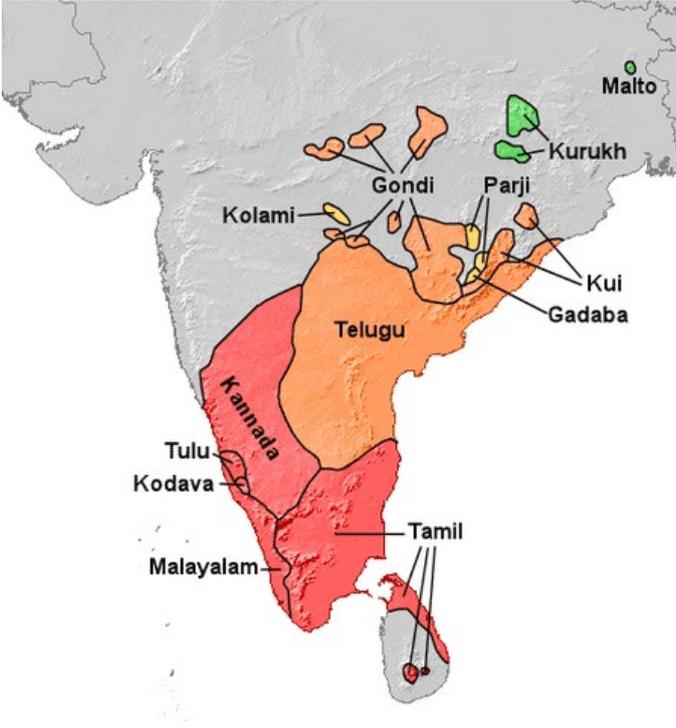


Abb. 2: Dravidische Haupt-Sprachen (Wikipedia)

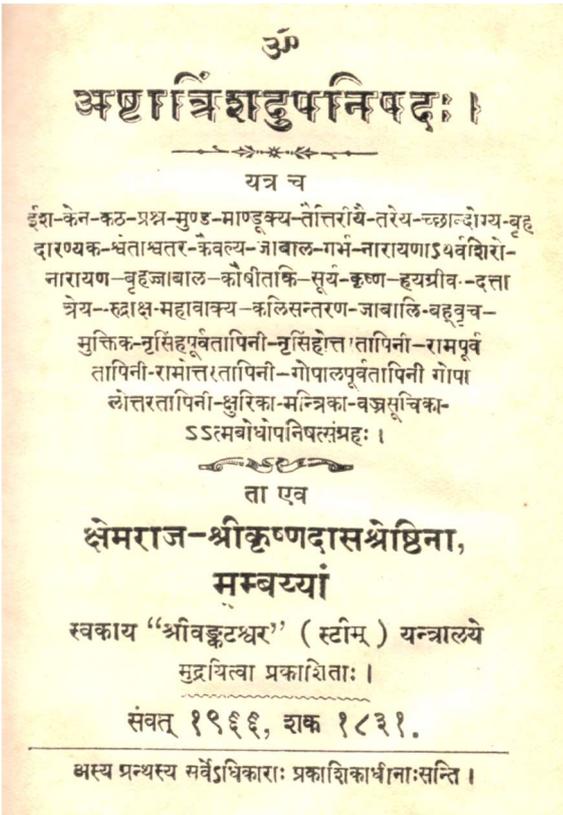


Abb. 3: The Thirty-Eight Upanishadas, Shree Venkateshwar Steam Press, Bombay 1910: Buchdruck (Titelblatt: 9 x 13.4 cm)



Abb. 4: Der vedische Rishi Dirghatapas beim Unterricht von vier Schülern in einer Waldlichtung; Shunga, 2. Jh. v.Chr., Sandstein-Relief, Bharhut, Indian Museum, Calcutta

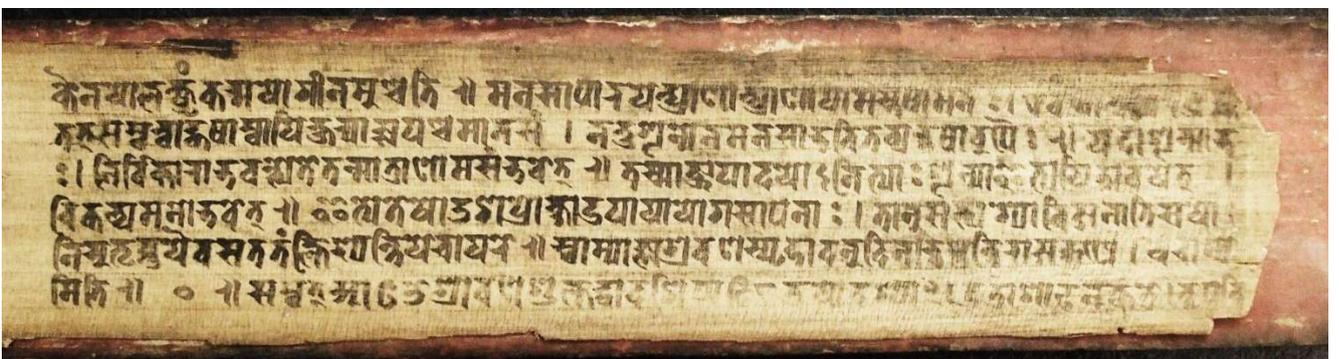


Abb. 5: Shiva-Dharmashastra, Teil des Kolophons, Palmblatt, 1139 n.Chr., Cambridge University Manuscripts