

Einleitung

Ueber das Alter von Svâtmârâma's Haṭhayogapradîpikâ lässt sich nichts Genaueres sagen. Es versteht sich von selbst, dass das Werk der jüngsten Periode der Sanskritliteratur angehört; denn nicht nur heisst es an einer Stelle (IV. 35): „Veda, Śâstra und Purâṇa sind wie öffentliche Frauenzimmer, die Allen gehören“; sondern die Lehre von der Kuṇḍalî setzt auch das Bestehen der Śâkta-Sekten voraus. Aus der Liste, die gleich zu Anfang des ersten Kapitels erscheint, von ungefähr dreissig Weisen, darunter Śiva, die sich mit Haṭhayoga abgegeben haben sollen, lassen sich ebenfalls keinerlei Schlüsse ziehen. Anderweitig bekannt ist überhaupt bloss Goraksha, der Autor des in Aufrechts Katalog der Bodleianischen Handschriften erscheinenden und 1887 zu Calcutta herausgegebenen Gorakshaṣataka.

Die Ausgabe, die ich zur Uebersetzung benützte, ist die 1889 zu Bombay erschienene mit Commentar von Brahmânanda und einer Bhâshâ von Śridhara. Eine Handschrift aus dem Haug'schen Nachlass in der Münchner Staatsbibliothek hatte ich zwar fortwährend zum Zweck der Vergleichung zur Hand, fand sie aber in den meisten Fällen völlig werthlos.

Das einzige Werk, das sich eingehender mit dem Thema beschäftigt, ist das vor ungefähr vierzig Jahren in Indien erschienene von N. C. Paul, A Treatise on the Yoga Philosophy, von dem mir die dritte Auflage, Bombay, 1888, vorliegt. Die Abhandlung hat allerdings als von einem Augenzeugen von Vielem des darin Beschriebenen herrührend ein gewisses Interesse; leider fehlt aber insofern der streng wissenschaftliche Charakter, als der Autor weder Sanskrit versteht (siehe pref. p. II „my utter ignorance of the Sanscrit language“), noch mit den anatomischen und physiologischen Ansichten der alten Yogin bekannt zu sein scheint. Immerhin stimmen seine Angaben über die verschiedenen Uebungen mit Ausnahme von einem Fall, der Khecarî Mudrâ, im Allgemeinen mit den Vorschriften der Haṭhapradîpikâ überein. Nach Paul (3. Aufl. S. 32) geht die Absicht des Yogin bei der Khecarî Mudrâ darauf hinaus, mit der verlängerten Zunge die Stimmritze zu schliessen, während Svâtmârâma vorschreibt, man solle die

Einleitung

Zunge in den Nasen-Rachenraum hinauf stecken. Nun ist es ja leicht möglich, dass die modernen Yogin, oder eine Sekte derselben, die Khecarî wirklich so ausüben, wie sie von Paul beschrieben wird. Ebenso leicht möglich aber ist es, dass Paul sich die Sache bloss zur Erklärung so zurecht gelegt hat; denn er zitiert, allerdings ohne dass ihm das auffällt, selbst einen seiner Erklärung widersprechenden Fall (p. 52) von einem „lebendig begrabenen“ Yogin. „The man is said, by long practice, to have acquired the art of holding his breath by shutting the mouth and stopping the interior opening of the nostrils with his tongue.“ In dem andern von ihm zitierten Fall heisst es bloss: „the mouth was now opened and the tongue which had been closely applied to the roof of the mouth, brought forward etc.“; woraus sich allerdings keinerlei Schlüsse ziehen lassen, während im ersten Fall ohne Zweifel die von Svâtmârâma vorgeschriebene Khecarî zur Anwendung kam.

Von Sanskritwerken, die sich speziell mit Haṭhayoga beschäftigen, habe ich ausserdem benützt: Gorakshaṣataka, Calcutta 1891 und Gheraṇḍa Samhitâ, Calcutta 1877; beide herausgegeben von Bhuvanacandra Vasâka.

Einige Termini technici

YAMA, NIYAMA. Haṭhapradîpikâ erwähnt (ebenso wie Vasishṭhasamhitâ, Oxf. Hschrft.) zehn Yama und zehn Niyama (I. 17. 18). Dagegen finden wir bei Patanjali (Yogasûtra II. 30. 32) bloss fünf Yama, nämlich: Ahimsâ, Wahrheitsliebe, Ehrlichkeit, Keuschheit und Armuth (aparigraha); und fünf Niyama: Reinheit, Zufriedenheit, Askese, Studium (svâdhyâya) und Gottergebenheit. Ebenso Paul. Im Text der Haṭhapradîpikâ erscheint die Aufzählung der Yama und Niyama als Zitat und wird vom Commentar gar nicht berücksichtigt. Unter Niyama kommt „tapas“ zweimal vor; ich habe es das erste Mal durch „Inbrunst“, das zweite Mal durch Askese übersetzt. Aber selbst dann bekommt man die zehn Niyama nur, wenn man siddhântavâkyâṣravaṇam zerlegt und durch „Studium der Lehrbücher“ und „Studium der Vorschriften (des Lehrers)“ übersetzt. I. 38 begegnen wir ausserdem einer dem Zitat über Yama und Niyama durchaus widerspre-

Einige Termini technici

chenden Ansicht: Als erstes der grossen Gelübde (yama) wird daselbst „Mässigkeit im Essen“ (mitâhâra) erwähnt, als erstes der kleinen Gelübde (niyama) „Ahimsâ.

Diese Şloka über Yama und Niyama fehlen vollständig in beiden von mir konsultierten Handschriften des India Office: Ballantyne 3101 und Colebrooke 355. Die Handschrift der Bodleiana zu Oxford enthält die Şloka, gibt aber statt siddhânta-vâkyasravaṇam bloss siddhântasravaṇam caiva.

KANDA. Dieses Wort, das sonst „Anschwellung, Knollen“ bedeutet, bezeichnet hier eine bestimmte Stelle im Unterleib. Die nähere Beschreibung finden wir III. 113, wo es heisst, „der Kanda sei eine Spanne über dem Mûlasthâna (pudendum), 3 Zoll im Durchmesser, weich und glänzend“. Auch das Gorakshaşataka (şl. 25) gibt eine ähnliche Stelle: „Ueber dem penis und unter dem Nabel ist der Kandayoni gleich einem Vogelei. Daselbst entspringen die 72000 Adern.“ Schon in Bezug auf letztere Vorstellung ist der Kanda sehr wichtig; ausserdem soll aber daselbst die Kuṇḍalî verweilen. Der Yogin trägt über der Stelle ein gürtelartiges Kleidungsstück, das beim Aufwecken der Kuṇḍalî (III. 112) zur Verwendung kommt. Wahrscheinlich ist dieser Kanda ein Phantasieprodukt der Yogin, denn etwas derartiges existirt meines Wissens zwischen pudendum und Nabel gar nicht. Vielleicht auch ist die obige Beschreibung bloss eine Uebertreibung von dem Aussehen eines Lymphganglion, das aber nie grösser wird als eine Bohne und ausserdem kaum weiss zu nennen wäre.

NÂḌÎ wird im Haṭhayoga ausschliesslich in der Bedeutung von „Röhre“ gebraucht. Das geht schon daraus hervor, dass an den vier Stellen (I. 39, 55. II. 4. IV. 18), an denen das Wort vorkommt, immer zugleich das Ausreinigen der Nâḍî erwähnt wird; und zwar dienen die Nâḍî, die hier zur Verwendung kommen, bloss zum Durchgang des Athems. Bei den älteren indischen Philosophen umfasste der Begriff Nâḍî sowohl Arterien, als auch Venen, Lymphgefässe und Nerven. So heisst es Chând. Up. VIII. 6, die Adern, die vom Herzen ausgingen, seien braun, weiss, blau, gelb und roth. Auch verlegten die älteren Upanishad

Einleitung

den Ursprung der Adern (bloss 101) ins Herz. Dagegen finden wir nicht nur im Haṭhayoga, sondern auch in den jüngsten Upanishad, wie Kshurikâ, Ind. Stud. II, 172, die Ansicht vertreten, dass die Nâḍî, und zwar 72000, in der Nabelgegend entspringen, oder nach Haṭhayoga genauer am Kanda. Diese Idee verdankt wohl ihr Entstehen unter Anderm der Beobachtung der Adern des Mesenterium, theils vielleicht auch der Thatsache, dass bei korpulenten Personen die oberflächlichen Venen des Unterleibs in Folge ihrer Blutüberfüllung ganz deutlich durch die Haut hindurch sichtbar werden und einen baumartig verzweigten Anblick bieten.

Was die Ansicht des Hohlseins speziell der Arterien betrifft, so ist dieselbe auch im klassischen Alterthum vertreten. Bekanntlich hat erst Galen dieselbe widerlegt. Vergl. dazu Haeser, Geschichte der Medizin Bd. I. p. 227 und Sir W. Turner in „Anatomy“ Encyc. Brit. Vol. I p. 799 ff. Sie war scheinbar begründet durch die Beobachtung, dass nach dem Tod allerdings die Arterien leer erscheinen, wenn das Blut sich in Venen und Capillarien anstaut. Die indischen Anatomen scheinen derselben Ansicht gehuldigt zu haben; denn nach Suṣruta III. 7 entspringen in der Nabelgegend 40 Adern (sirâ), von denen zehn hauptsächlich zur Cirkulation der Luft dienen. Diese zehn sind roth und enthalten ausser Luft noch Blut, Galle etc.; der Luftgehalt ist jedoch, wie gesagt, am grössten. Auch finden wir bei Suṣruta die Vorstellung von Unreinigkeiten, die sich in den Luftgefässen ansammeln, die Cirkulation der Luft hemmen, und auf deren Entfernung die Yogin so unendliche Mühe verwenden.

Auch Goraksha spricht vom Reinigen der Nâḍî (ṣodhanam nâḍîjâlasya ṣl. 77), und Gheraṇḍa gibt eine längere Auseinandersetzung der Nâḍîṣuddhi (V. 32 f.).

Aus Obigem geht hervor, dass es kaum statthaft ist, so lang ausserdem prâṇa mit „breath“ übersetzt wird, wenn Dvivedi in „The Yoga Sûtra“ (III. 31) die Kûrma-nâḍî erklärt als „the nerve wherein the breath called kûrma resides“.

Von den im Gorakshaṣataka aufgezählten zehn Nâḍî werden in der Haṭhapradîpikâ nur drei mit Namen erwähnt: Iḍâ, Pingalâ und Sushumnâ, welche drei auch die einzigen sind, die in den Uebungen zur Verwendung kommen.

Einige Termini technici

BRAHMARANDHRA. Schon im Il. Ait. Ar. (IV. 3) wird die Thüre Vidriti, eine der Schädelnäthe, erwähnt, durch die der Atman in den Körper gelangt; welche von den Näthen gemeint ist, wird nicht gesagt. In der Dhyânav. Up. Ind. Stud. II. 5 dagegen wird die Stelle, an der nach indischen Vorstellungen die Seele den Körper verlässt, ganz deutlich bezeichnet. Vers 23 lautet: „Zwischen den Brauen aber ist die Stirne, in der Nase aber an der Wurzel erkenne man den Sitz des Unsterblichen.“ Ebenso heisst es Yogatattva Up. 14 Ind. Stud. II. 50: „Zwischen den Brauen inmitten der Stirn, da weilt das Unerkennbare.“ Dieser Ansicht schliesst sich auch die Haṭhapradîpikâ an, so IV. 48: „Zwischen den Brauen ist das Ṣivasthâna, dort wird das Bewusstsein vernichtet.“ Auch der Commentar wird nie müde zu versichern, dass das Brahmarandhra sich „bhrûmadhye“ befinde. Wenn nun auch die sutura frontalis an Schädeln von Erwachsenen gewöhnlich nicht mehr zu sehen ist, so mag doch ihr zeitweiliges Vorkommen hie und da bemerkt worden sein, und die Philosophen in der Ansicht bestärkt haben, dass hier die Seele den Körper verlasse. Auffallend ist dabei allerdings, dass der Anatom Suṣruta (III. 5) bloss von fünf Näthen (sevanyaḥ) weiss, also wahrscheinlich die Stirnath nicht gekannt hat. Nach Dhyânav. Up. Ind, Stud. II. 5. würde man hauptsächlich an die sutura transversa zu denken haben, die Nase und Stirnbein verbindet. Bemerkenswerth ist noch eine Abweichung von dieser Lokalisierung des Brahmarandhra, die sich im Rasikaramaṇa (Cod. Bod. p. 149) findet. Es heisst daselbst, das siebente Cakra, Brahmarandhra, sei im Golhâṭamaṇḍala. Da sich nun nach Ṣloka 31. ibid. bereits das sechste Cakra, nämlich Ajnâcakra, das nach Haṭhapradîpikâ mit dem Brahmarandhra identisch ist, bhrûmadhye befindet, so müsste dem Rasikaramaṇa zufolge das Brahmarandhra irgendwo anders, etwa an der Vorderhauptfontanelle, zu suchen sein.

An der Vorderhauptfontanelle befindet es sich auch nach einer amüsanten Abbildung eines kataleptischen Yogin in „The Philosophy and Science of Vedanta and Raja Yoga by the Mahatma Jnana Guru Yogi Sabhapati Swami, Edited by Sri Chandra Vasu, Lahore 1888“.

Eine hervorragende Rolle spielt das Brahmarandhra in den Yogaübungen als Endstation des Athems in der Sushumnâ. Davon aber, dass der Athem etwa durch das Brahmarandhra den Körper verliesse, wie Kshur. Up. 13 (Ind. Stud.