

# INHALT

Vorwort	7
Einleitung	9
Yoga-Lexikon	15
Die 108 Namen Krishnas	338
Yoga-Lexikon Deutsch-Sanskrit	342
Āsana-Wörterbuch Deutsch-Sanskrit	356
Āsana-Übersetzungsassistent	364
Āsana-Register	365
Āsana-Tabelle mit diakritischen Zeichen	368
Āsana-Abbildungen	371
Verzeichnis der Yoga-Wege und Übungsstile	378
Verzeichnis der Biografien	379
Fachartikel	381
Sanskrit-Wörter in Devanāgarī-Schrift	382
Zeittafel	387
Literatur	388
Yoga im Internet – einige wichtige Adressen	390



## A

**A** der erste Buchstabe des Sanskrit-Alphabets. Bedeutet oft als Vorsilbe am Anfang eines Wortes „nicht“ oder „un“ wie z.B. *a*-dharma, nicht-dharma. Vor Vokalen wird es zu *an*: *an*-ātman, Nicht-Selbst.

Vergl. dt. A-nomalie, Un-wissenheit.

**Ābhāsa** *m* Schein, Erscheinung; irrtümliche Vorstellung, falscher Anschein.

**Abhāva** *m* Nicht-Sein, Nicht-Existenz (*a*-*bhāva*); Abwesenheit. Siehe auch *Asat*.

**Abhāva-Yoga** *m* „Yoga des Nicht-Seins“, in einigen Purānas erwähnt als Weg, bei dem über das eigene Wesen oder die Welt als Leere kontempliert wird.

**Abhaya** *n* Furchtlosigkeit. Die Bedeutung der Freiheit von Furcht wird in vielen Yoga-Texten hervorgehoben.

**Abhayamudrā** *f* Handgeste der Freiheit von Furcht und Gefahr (*a*-*bhaya*), d.h. der Sicherheit und des Schutzes. Eine Geste mit der er-

hobenen, offenen rechten Hand, die dem Empfänger des Segenswunsches zugewandt wird.

**Abheda** *m* Nicht-Zweiheit. *Abheda-Jñāna* ist das Wissen vom Einssein aller Dinge.

Siehe auch *Bheda*, *Bhedābheda-vāda*.

**Abhidhāna** *n* Name, Titel; Vokabular, Wörterbuch.

**Abhimāna** *m* persönlicher, egoistischer Stolz; verletzter Stolz; Hochmut; ein Hindernis auf dem Weg des Yoga.

**Abhimanyu** *m* der Sohn von Arjuna und Subhadrā. Er heiratete Uttarā, und ihr Sohn Parikshit folgte König Yudhishthira auf dem Thron in Hastināpura nach. Siehe auch *Mahābhārata*.

**Abhinavagupta** *m* ein bedeutender Philosoph des *Kaschmir-Shivaismus* (ca. 950-1020).

**Abhinivesha** [abhiniveśa] *m* Hingabe, Liebe. Zuneigung. Im *Yogasūtra* 2.9 Lebensdrang, Anklammern ans Leben, d.h. einer

der fünf Kleshas oder Leidursachen. V.S. Apte interpretiert diesen Begriff in seinem Sanskrit-Englisch-Wörterbuch als „eine Art von Unwissenheit, die Furcht vor dem Tod hervorruft; ein instinktives Festhalten am weltlichen Leben und körperlichen Freuden und die Furcht, dass man von ihnen allen durch den Tod abgeschnitten wird.“

Andere Interpreten sprechen von einem Udrang zum Leben an sich.

**Abhisheka** [abhiṣeka] *m* das Benetzen oder Besprühen mit geweihtem Wasser. Eine Taufzeremonie bei der Initiation insbesondere im Tantrismus.

**Abhyanga** [abhyaṅga] *m* Salbung, Massage.

**Ābhyantara-Vritti** [vr̥tti] *f* wörtl. innere Bewegung, Funktion; eine Übung mit tiefer und lang anhaltender Einatmung.

**Abhyāsa** *m* beständige Praxis. Im Yoga die regelmäßige Durchführung von Übungen.

Siehe auch *Vairāgya*, Abs. 2

**Acala** *adj und m* unbeweglich, fest; Berg.

**Ācamana** *n* Nippen, Schlürfen. Das Schlürfen von Wasser aus der Handfläche vor einem Ritual, vor

Mahlzeiten etc. zwecks symbolischer Reinigung.

**Ācāra** *m* Verhalten, rechtes Benehmen; auch Methode oder Weg, wie z.B. in *Dakṣhinācāra*.

**Ācārya**, Āchārya *m* Lehrer, Gelehrter. Im Yoga ein spiritueller Lehrer, dem besondere Verehrung entgegengebracht wird, da er den Weg zur Erkenntnis weist.

**Accha** *adj* rein, klar, ohne Schatten. Im Hindī bedeutet das Wort „gut, o.k.“

**Acintya** *adj* undenkbar, unvorstellbar. Das Brahman, das unendliche Absolute, ist für unser mentales Denken unerfassbar.

**Acintya-Bhedābheda-Tattva** *n* das Prinzip von der unvorstellbaren Verschiedenheit und Nichtverschiedenheit, bezieht sich auf die gleichzeitige Verschiedenheit und Einheit von Materie und Geist. Eine von *Caitanya* begründete philosophische Tradition des Vedānta.

**Acit** nicht-*Cit*, d.h. unbewusst. Siehe auch *Cit*.

**Acro Yoga** *m* eine Variante des Partner-Yoga mit akrobatischen Elementen, entwickelt von den Amerikanern Jason Nemer und Jenny Sauer-Klein. Neben Āsanas

## Yoga-Lexikon Deutsch-Sanskrit

Der folgende Text ist nicht nur ein Wörterbuch Deutsch-Sanskrit, sondern zugleich auch ein Stichwörterverzeichnis für den Hauptteil, das es ermöglicht, alle Themen auch unter deutschen Begriffen nachzuschlagen.

Falls Sie z.B. etwas zum Thema „Klang“ lesen möchten, schlagen Sie unten das deutsche Wort nach und finden eine Reihe von Sanskrit-Begriffen. Diejenigen, die *kursiv* gesetzt sind, enthalten Artikeltexte von mindesten 6 Zeilen Länge im Hauptteil.

In einigen Fällen ist noch links das deutsche Wort kursiv gesetzt, z.B. *Architektur*. Dies bedeutet, dass der Artikel direkt unter diesem deutschen Begriff nachgeschlagen werden kann.

Bevor Sie ein Sanskrit-Wort verwenden, das Sie nicht bereits kennen, empfiehlt es sich, dieses im Hauptteil nachzuschlagen, um die genaue Bedeutung zu überprüfen. Ferner sind dort auch die vollständigen diakritischen Zeichen aufgeführt.

Die Āsanas und deren Wortschatz sind separat im Āsana-Wörterbuch Deutsch-Sanskrit aufgeführt.

<b>A</b>	allwissend – sarvajña
Abenddämmerung – <i>samdhya</i>	All-Wissenheit – sarvajñatva
Ablenkung – vikshepa	alt – purāna
Abscheu – <i>jugupsā</i>	Altar – caitya, vedi, vedī
Abschied – visarga	Anbeter – bhakta
Abschnitt – kānda, parvan, pada	Anbeter der Shakti – shākta
Absicht – samkalpa	Anbetung – <i>ārati</i> , arcanā, <i>bhakti</i> , <i>pūjā</i> , <i>yajña</i>
absolut – kevala	Anbetung mit Gesang und Musik – <i>bhajana</i> , <i>kīrtana</i>
Absolute, das – <i>brahman</i>	Anblick – <i>darshana</i>
Abstammungslinie – gotra	andere(r) – para
Achtsamkeit – <i>smṛiti</i>	Anfang – ādi
Ader – <i>nādī</i>	angeboren – sahaja
<i>Affe</i> – vānara, kapi	Angst – bhaya, shoka
Ähnlichkeit – sārūpya	Anhaftung – rāga, <i>sanga</i>
alle(s) – sarva, vishva	Anhalten des Atems – <i>kumbhaka</i> ,
Alleinheit – <i>kaivalya</i>	
allgegenwärtig – vishvarūpa	

## Sanskrit-Wörter in Devanāgarī-Schrift

In der folgenden Tabelle werden 120 bekannte Sanskrit-Wörter in indischer Devanagari-Schrift abgedruckt. Alle Wörter wurden dem Lexikon entnommen und können dort nachgeschlagen werden.

अद्वैत

advaita

अवतार

avatāra

ब्रह्मन्

brahman

अहिंसा

ahimsā

आयुर्वेद

āyurveda

बुद्ध

buddha

अमृत

amṛta

भगवद्गीता

bhagavadgītā

चक्र

cakra