

# Inhaltsverzeichnis

<b>Abkürzungen</b>	8
<b>Einleitung</b>	9
Die Themen des Yoga-sutra	11
Die Widersprüche im Yoga-sutra	31
Über die vorliegende Arbeit	34
Danksagung	36
<b>1. Die Prinzipien Prakriti und Purusha</b>	37
<b>2. Die Prakriti</b>	39
Die Prakriti und ihre Gunas	39
Die Schöpferin Prakriti und ihr Schöpfungsmaterial	40
Die vier Phasen der Entstehung des Universums	41
Warum produziert die Prakriti das Universum?	44
Das Universum ist die manifestierte Prakriti	45
Die Schöpfungszyklen	45
Die Vergänglichkeit des Universums hat keine Wirkung auf die Unvergänglichkeit der Prakriti	46
Die Unvollkommenheit der Prakriti	47
<b>3. Der Purusha</b>	48
Die Eigenschaften des Purusha	48
Die drei Arten des Purusha	50
Die erste Geburt und die Wiedergeburten des Purusha	51
Die Ursache der Verbindung von Prakriti und Purusha	52
Der Purusha ist nicht der Geist	52
Der Purusha ist nicht das Ego	53

Die Beziehung zwischen Purusha und Geist	54
Der Purusha ist der Betrachter, nicht der Täter	55
Der Purusha identifiziert sich mit dem Geist und verhält sich wie der Geist	56
Purushas Irrtum ist wirkungslos	58
<b>4. Der Mensch</b>	60
Der Purusha in einem Körper leidet	60
Das Karma und die Wiedergeburt	61
Die Tendenzen	63
Der Geist	63
Der Geist und die Gunas	64
Die Zusammenarbeit und die Konkurrenz zwischen den Gunas	65
Die Dominanz der Gunas und die Modifikationen des Geistes	65
Die Modifikationen des Geistes	67
Die Unreinheiten des Geistes	67
<b>5. Der kranke Purusha</b>	72
Der kranke Purusha	72
Die vier Schritte des Yoga	72
<b>6. Der Yoga. Die Übungen und Meditationen</b>	74
Die Rolle des Geistes beim Yoga	75
Die acht Stufen des Yoga	76
Die kombinierten Meditationen	80
Die übernatürlichen Kräfte durch die kombinierten Meditationen	82
Weitere besondere Fähigkeiten durch die kombinierten Meditationen	83
Die kognitive Meditation	84
Die ultra-kognitive Meditation	85
Die samenlose Meditation	86
<b>7. Die Befreiung des Purusha</b>	87
Die Erleuchtung	87
Die Erkenntnisstufen	87

Die Erleuchtung ist kein Produkt	90
Der Erleuchtete	91
Die Befreiung	91
Die Erleuchtung eines Menschen erleuchtet nicht alle Menschen	92
<b>Ausgewählte Bibliographie</b>	93
<b>Index</b>	98