

# Yoga im Jainismus

**Robert J. Zydenbos**

*Prof. Dr. Robert J. Zydenbos ist Professor für Indologie an der Universität München und ein ausgewiesener Kenner des Jainismus. Der nachfolgende Text ist eine vom Autor überarbeitete Fassung eines Vortrages anlässlich des Yoga Kongresses des Schweizer Yogaverbandes vom Juni 2005.*

Es ist vielen nicht bekannt, dass Indien drei grosse Hochreligionen kennt, die alle seit vorchristlichen Zeiten das geistige Leben des Subkontinents massgebend geprägt haben. Der Buddhismus ist bekannt als die Religion, die von Indien aus ihren Siegeszug durch Ost- und Zentralasien gemacht hat und in unserer Zeit auch im Westen einen ständig grösseren Anhang gewinnt. Auch der Hinduismus wird als eine Weltreligion anerkannt, nicht sosehr weil grosse Teile der Welt Anhänger dieses religiösen Komplexes sind, sondern weil ein grosser Teil der riesigen Bevölkerung Indiens, und zwar eine mehr als 80-prozentige Mehrheit, als Hindus bezeichnet wird. Viel weniger bekannt ist es, dass der Buddhismus aus seinem Ursprungsland vor ungefähr 1000 Jahren praktisch ganz verschwunden war, um erst vor 48 Jahren als eine Äusserung politischen Protestes gegen die traditionelle hinduistische Gesellschaftsordnung aus Sri Lanka rückimportiert zu werden, als ein paar Millionen so genannter 'Unberührbaren' in Zentral-Indien sich zum Buddhismus bekehrten.

Neben diesen zwei Religionen gibt es auch die später von ausserhalb Indiens zugewanderten Religionen (Christentum, Islam, Judentum, Zoroastrismus) und die spätere synkretistische Religion der Sikhs.

In solchen Aufzählungen wird aber die dritte alte einheimische Hochreligion oft vergessen: der Jainismus oder die Religion der *jinas*, der 'Sieger'.

Im Gegensatz zum Buddhismus hat der Jainismus bis heute in Indien kontinuierlich überlebt, hat Verfolgungen vonseiten der Hindus überstanden und wurde auch im Zuge muslimischer Eroberungen, die das Ende für den schon im indischen Mittelalter gesellschaftlich sehr geschwächten Buddhismus bedeuteten, nicht ausgelöscht.

Manche Forscher bezeichnen den Jainismus als die Mutterreligion des Buddhismus, andere als eine Schwesterreligion. Die beiden Religionen sind offensichtlich einander sehr ähnlich, sosehr, dass brahmanisch-hinduistische Autoren in polemischen Texten sie oft miteinander verwechselt haben. Dennoch gibt es etliche wichtige Unterschiede zwischen diesen beiden Weltanschauungen. Der wichtigste ist wohl, dass der Jainismus im Gegensatz zum Buddhismus an einem unvergänglichen Kern des Individuums glaubt: ein inneres Wesen, das jedem Lebewesen zugrunde liegt und das jeweils jetzige irdische Dasein auch überlebt. Es ist üblich, diese innere Essenz des Lebewesens (die in jainistischen Texten meistens *jiva*, 'Leben', oft aber auch *atman* oder 'Selbst' genannt wird) in abendländischer Sekundärliteratur die 'Seele' zu nennen. Die Buddhisten haben bekanntlich ihre Lehre des *anatta*, des 'Nichtselbstes', die besagt, dass es keine permanente Essenz, keine Seele gibt, und die Jainas und die Buddhisten haben jahrhundertlang miteinander über diese Frage philosophisch gestritten. Die Buddhisten meinen, dass es die höchste Aufgabe im Leben ist, diese Essenzlosigkeit aller Dinge

(einschliesslich des menschlichen Lebens) einzusehen, wodurch man sich von allen Dingen in der Welt innerlich loslöst und so einen inneren Frieden und letztendlich Befreiung aus dem fort dauernden Leid des ständig neuen Sterbens und Wiedergeborener findet; die Jainas dagegen glauben, Befreiung vom irdischen Leid dadurch zu erlangen, dass man nicht das eigene Selbstsein als solches verneint, sondern dass man einsieht, was diese innere Essenz wirklich ist. Wenn man dies einmal weiss, dann ändert sich auch die Haltung gegenüber dem Nichtselbst (d.h. gegenüber allem, was nicht die pure eigene Seele ist: Materie, einschliesslich dem eigenen Körper, aber auch der Gesellschaft, der Natur, dem Raum und der Zeit). Diese Änderung der Lebenshaltung führt zu *moksa*, zur Befreiung aus dem *samsara*, dem Kreislauf der Wiedergeburten und zu einer ewig fort dauernden Glückseligkeit.

Obwohl das diskursive Denken und das rationalistische Wissen in diesem Prozess eine grosse und wichtige Rolle spielt, wäre es nicht richtig, den Jainismus als eine Art intellektualistischen Gnostizismus aufzufassen; im Gegenteil: die Jainas haben ihren religiösen Opponenten, den Brahmanen und den Buddhisten, oft vorgeworfen, sich mit intellektualistischen Spielen zu befassen.

## **Der Weg zur Befreiung besteht aus richtigem Glauben, richtigem Wissen und richtigem Wandel.**

Der Weg zum *moksa*, so sagt das Tattvarthasutra, der wichtigste philosophische Text des Jainismus ausdrücklich, besteht aus richtigem Glauben, richtigem Wissen *und* richtigem Wandel: *samyagdarsanajñanacaritranī moksamargah*. Ein korrektes aber rein theoretisches Wissen allein reicht nicht aus; Frömmigkeit auch nicht; ein korrektes ethisches Benehmen ohne Verständnis aber auch nicht. Die emotionalen und geistigen Aspekte des Menschen, aber auch sein konkretes Dasein als handelnde Person in der physischen und gesellschaftlichen Welt spielen alle eine Rolle beim Erlangen des religiösen Zieles.

Zum Verhältnis des Jainismus zum Hinduismus sollte auch noch einiges gesagt werden. Noch immer findet man in der Sekundärliteratur die Bemerkung, der Jainismus sei (wie der Buddhismus) eine 'heterodoxe Sekte des Hinduismus, die die Autorität der Veden ablehnt'. Diese Anschauung setzt voraus, dass es (a) eine 'Hinduismus' genannte Religion gibt, von der ein Merkmal darin besteht, dass die Veden als heilige Schriften besondere Autorität besitzen, (b) dass der Jainismus sich aus dieser Religion heraus entwickelt hat, quasi als Rebellionserscheinung.

Obwohl diese beiden Gedanken seit langer Zeit zum so genannten Allgemeinwissen über die Religionen Indiens gehören, ist es an dieser Stelle angebracht, sie abzulehnen. Der Hinduismusbegriff ist heute Gegenstand einer fort dauernden religionswissenschaftlichen Debatte, in der man eingesehen hat, dass man es mit einem rein negativen Begriff zu tun hat (der 'Hinduismus' war für die britischen Kolonialherrscher Indiens eine globale Bezeichnung für alle religiöse Phänomene, die man nicht deutlich als islamisch, christlich, jüdisch, buddhistisch oder zoroastrisch erkannte); die Autorität der Veden ist ebenfalls problematisch, und die Jainas haben nie die Veden als autoritative Schriften anerkannt, sich auch nie zur diskriminativen orthodoxen brahmanischen Gesellschaftsordnung bekannt und sind eine von dieser Ordnung vollkommen unabhängige Religionsgemeinschaft, wie die Buddhisten übrigens auch.

Während der Buddhismus aber missionarisch sehr erfolgreich gewesen ist und sich in grossen Teilen Asiens als dominante religiöse Tradition etabliert hat, ist der Jainismus auf Indien beschränkt geblieben. Er hat zwar (im Gegensatz zum Buddhismus) im Ursprungsland überlebt, aber durch Verfolgungen sehr viel an Anhängerzahlen und deshalb auch an politischem Einfluss einbüßen müssen. In dieser heiklen Lage haben die Jainas, um als Minderheit weiter existieren zu können, ihr Anderssein seit einigen Jahrhunderten verheimlicht und sich äusserlich den Normen der brahmanischen Gesellschaft angeglichen. In Volkszählungen haben sie sogar ausgesagt, 'Hindus' zu sein, um bloss keinen Ärger auf sich zu ziehen. Diese Überlebensstrategie hat natürlich nicht dazu beigetragen, viel Aufmerksamkeit von Seiten ausländischer Reisenden oder der indologischen Forschung anzuziehen, auch wenn in den vergangenen Jahrzehnten mehrere Tausend Jainas ausgewandert sind, hauptsächlich in englischsprachige Länder, wo sie sich sicherer fühlen, ihre eigentliche religiöse Identität nicht mehr verheimlichen und auch eigene Tempel gebaut haben.

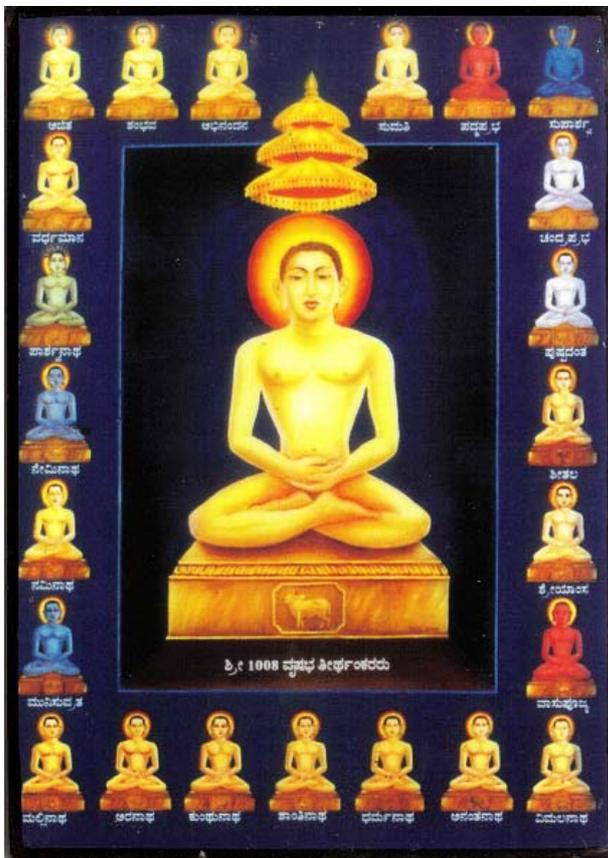
## **Die Bedeutung der Jainas für die Geschichte der indischen Religion und der Kultur im Allgemeinen ist sehr gross.**

Die sozialen Vorsichtsmassnahmen der Jainas reichen so weit, dass es heute noch immer nicht ganz deutlich ist, wie viele Jainas es in Indien gibt. In manchen Teilen Indiens machten die Jainas im Mittelalter schätzungsweise die Hälfte der Bevölkerung aus. Der letzten Volkszählung zufolge leben heute in Indien insgesamt 4,2 Millionen Jainas, es können aber mehr sein. Dies ist eine recht kleine Zahl im Vergleich zu der Gesamtbevölkerung Indiens; trotzdem sind sie aufgrund ihrer wichtigen Stellung in der Volkswirtschaft eine prominente Bevölkerungsgruppe, und ihre Bedeutung für die Geschichte der indischen Literatur, Religion und Kultur im Allgemeinen ist besonders gross. Die Literatur in manchen modernen Sprachen Indiens beginnt mit Jaina-Autoren, die ihre Lehren dem Volk in der Volkssprache mitteilen wollten. Wenn heute ein sehr beträchtlicher Teil der indischen Bevölkerung strikt vegetarisch lebt, dann geht dies auf die missionarische Tätigkeit der Jainas, mit ihrer Betonung der Kardinaltugend der *ahimsa* oder des Nichtschädigens von Lebewesen zurück. Auch ist historisch nachgewiesen worden, dass die heute als allgemein-indisch aufgefassten Vorstellungen von Karma und Wiedergeburt zuerst bei den Jainas ihre heute noch gültige Prägung erhalten haben. In den meisten religionsgeschichtlichen Studien zu den Religionen Indiens wird der Jainismus oft abgetan als die weniger erfolgreiche Schwester des Buddhismus oder als ketzerischer Ableger eines nie näher definierten 'Hinduismus'; meistens wird aber völlig übersehen, dass ohne den Jainismus jene anderen zwei Religionen ihre heutigen Formen nie erhalten hätten.

Einige Merkmale unterscheiden den Jainismus deutlich vom heutigen populären Hinduismus. Erstens ist der Jainismus ausgesprochen individualistisch: Jeder Mensch ist verantwortlich für das eigene Seelenheil, das er selber bewirken soll: er muss sein eigenes *karma* loswerden, ohne dass irgendwelche Gottheiten oder Gurus das für ihn machen (die Rolle von Lehrern und spirituellen Wesen besteht nur darin, dass sie für den Menschen eine geeignete Lage herbeibringen können, in der der Mensch schneller zum Ziel kommt). Zweitens wird zwar die Existenz spiritueller oder göttlicher Wesen anerkannt, aber es gibt kein solches Wesen, das als Schöpfer betrachtet wird, dem die Menschen irgendetwas schulden oder von dem sie abhängig sind. (Der deutsche

Indologe Heinrich Zimmer hat deshalb über den Jainismus nicht als 'Atheismus', sondern als 'Transtheismus' geschrieben.)

Der Jainismus wurde, so sagt uns die Tradition, von vierundzwanzig heiligen Personen, den sogenannten Tirthankaras, verkündet. Der letzte Tirthankara, Mahavira, war ein älterer Zeitgenosse des Buddhas und lebte auch in demselben Teil Indiens (im heutigen Bihar). Die literarischen Überlieferungen beider religiösen Traditionen erwähnen, dass die beiden grossen Männer voneinander gewusst haben, aber anscheinend ist es nie zu einer Begegnung der beiden gekommen. Nach dem Dahinscheiden Mahaviras blieb der grösste Teil der von ihm organisierten religiösen Gemeinde in Bihar, bis es im 3. Jh. v. Chr. dort zu einer grossen Hungersnot kam. Die Jaina-Mönche und -Nonnen, die durch ihre Gelübde daran gebunden waren, täglich um ihre Nahrung zu betteln, sahen jetzt eine verhungerte Bevölkerung um sich, die nicht gut imstande war, auch ihnen die benötigte tägliche Nahrung zu schenken. Dies ergab eine grosse Wende in der Geschichte des frühen Jainismus: Es trat eine Spaltung in der Gemeinschaft auf, wobei die orthodoxeren Mönche den alten Regeln treu bleiben wollten und deshalb aus jener Gegend nach Südindien wegzogen, während die übrigen ihre Lebensweise den neuen Umständen anpassten. So entstanden die zwei Hauptsekten innerhalb des Jainismus: die so genannten Digambaras oder 'Luftgekleideten' (wörtlich: 'gekleidet in Himmelsrichtungen', weil die Mönche ihr Gelübde der Besitzlosigkeit so wörtlich auffassen, dass sie nach ihrem Noviziat auch auf Kleidung verzichten; die Nonnen aber tragen noch schlichte weisse Kleider) und die so genannten Svetambaras oder 'Weissgekleideten'. Später sind auch die meisten Svetambaras aus Bihar weggezogen, und zwar westwärts nach dem heutigen Gujarat und Rajasthan, und das weiter südlich liegende Karnataka gilt als das historisch wichtigste Gebiet für die Digambaras.



*Devotionelles Bild des ersten Tirtankaras*

Noch viele Jahrhunderte später, nach der Verbreitung des Islams in Nordindien, entstanden zwei weitere Spaltungen innerhalb der Svetambara-Gemeinschaft: im 15. Jh. etablierten sich die Sthanakavasis als anikonische Sekte, und noch später trennten sich die Therapanthis als strengere Untergruppierung der Sthanakavasis. So ist es heute üblich geworden, über die vier *sampradayas* oder Traditionen innerhalb des Jainismus zu sprechen. In all diesen vier Traditionen sind die höchsten Autoritäten die Mönche und Nonnen, d.h. diejenigen, die die fünf *mahavratas* oder 'grosse Gelübde' auf sich genommen haben, die als fünf essentielle Mittel betrachtet werden, Karma zu verlieren und die Erlösung aus dem *samsara* zu erreichen oder wenigstens so viel Karma zu verlieren, dass das nächste Leben, die nächste Inkarnation eine bessere, glücklichere als die jetzige sein wird.

## **Die Yogis sind im Jainismus die leuchtenden Vorbilder, die es nachzuahmen gilt.**

Jeder Jaina rezitiert täglich den *namokaramantra* oder 'Mantra der fünf Verbeugungen', d.h. Verbeugungen (im Geiste) zu fünf Klassen von heiligen Personen: die Tirthankaras, die *siddhas* oder Erlösten, die *acaryas* oder Hauptlehrer in der Gemeinschaft, die *upadhyayas* oder Lehrer der Mönche und Nonnen, und die *sadhus* oder Mönche und Nonnen. In der Literatur werden diese fünf Klassen von Personen oft als 'Götter in menschlicher Form' oder sogar 'die echten Götter' beschrieben. D.h. dass diese Yogis (denn das sind sie) im Jainismus als Götter verehrt werden. Sie sind die leuchtenden Vorbildern, die es nachzuahmen gilt.

Es ist oft behauptet worden, Religion in Indien sei ziemlich philosophisch, und die indische Philosophie sei religiös orientiert. Die Geschichte des Jainismus zeigt, wie sehr Religion, Philosophie und auch die Wissenschaft um den Menschen in Indien eng miteinander verwoben sind. Der Jainismus ist eine allumfassende Weltanschauung, mit traditionellen Ansichten über den Menschen, seine Umwelt (die natürliche, die soziale, aber auch die übernatürliche), die Bedeutung des Lebens, die Essenz der menschlichen Existenz, und das Weiterbestehen des Individuums nach dem körperlichen Tode.

Das alles klingt natürlich sehr religiös. Wie andere bekannte Religionen besitzt auch der Jainismus eine heilige Literatur, sogar eine besonders umfangreiche, wovon bisher leider nur sehr wenig in europäischer Übersetzung der ausserindischen Welt bekannt geworden ist. Eigenartig ist aber, dass es in dieser Weltanschauung keine allgemeine Übereinstimmung darüber gibt, welche literarischen Werke als heilig anerkannt werden sollen, oder auf welcher Basis. Die nördliche Svetambara-Sekte meint, in ihren Schriften die Worte des letzten Tirthankaras Mahavira aufbewahrt zu haben (obwohl auch nach ihrer Meinung einiges an früher aufgezeichneten Worten unwiederbringlich verloren gegangen ist) - eine Meinung, die streng philologisch und historisch gesehen nicht haltbar ist, schon weil diese Schriften in mehr als einem mittelindischen Dialekt verfasst sind. Die Digambara-Sekte verneint, dass es Schriften gibt, die den exakten Wortlaut der Worte Mahaviras wiedergeben: weder die heiligen Schriften der Svetambaras, noch ihre eigenen.

Die abendländische indologische Forschung hat ihre historischen Wurzeln im 19. Jh., als man mit grossem Fleiss nach den Ursprüngen von allem, und immer nach den ältesten literarischen Überlieferungen von allem gesucht hat. Leider ist die bescheide-

ne und nüchterne Haltung der Digambaras mit Grund dafür, dass die abendländischen Forscher der unhaltbaren Behauptung der Svetambaras gefolgt sind und sich hauptsächlich mit der Erforschung der Svetambara-Überlieferung befasst haben, wodurch verhältnismässig noch weniger über die Digambaras als über die Svetambaras bekannt ist.

Nach Meinung der Digambaras wurden die Lehren des Mahavira einige Generationen lang mündlich überliefert, bis das kollektive Gedächtnis der Jaina-Mönche schwächer wurde, einiges vergessen war und man schnell das noch Behaltene schriftlich festgelegt hat. (Auch von diesen Schriften wurde geglaubt, dass sie verloren gegangen waren, bis vor fast 100 Jahren eine Kopie von ihnen auf abenteuerliche Weise aus einem Kloster im südindischen Moodbidri nach aussen geschmuggelt wurde.) Neben diesen Schriften werden weitere Texte als heilig anerkannt, die zwar nicht auf die Tirthankaras zurückgehen aber von denen angenommen wird, dass sie inhaltlich mit den ursprünglichen Lehren in Einklang sind und sie näher erklären.

## **Der Jainismus basiert auf einigen Leitgedanken, die im täglichen Leben in die Lebenspraxis umgesetzt werden können.**

In dieser Haltung gegenüber der Überlieferung (bei den Digambaras sehr ausgeprägt, aber auch den Svetambaras nicht ganz fremd) sieht man etwas erfreulich Undogmatisches. Obwohl die Tirthankaras als erleuchtete, vollkommene, allwissende Seelen angesehen werden, ist die schriftliche Überlieferung nicht perfekt, und der Jainismus basiert nicht auf einem Folgen schriftlich festgelegter, von einem angeblichen übermenschlichen Schöpfer mitgeteilter, quasi-gesetzlicher Vorschriften, sondern auf einigen Leitgedanken, die jeder Gläubige als sinnvoll akzeptiert und die im täglichen Leben in die Lebenspraxis umgesetzt werden können. Diese Leitgedanken sind die Basis eines heute noch immer lebendigen Philosophierens und religiösen Denkens sowie einer gesellschaftlichen Ethik, womit die Jainas auf unaufdringliche Weise für ihre Weltanschauung missionieren. Diese Gedanken, so meinen die Jainas, sind 'wissenschaftlich', denn sie sind sinnvoll und logisch zusammenhängend und auch experimentell überprüfbar. Die hierfür angewendeten experimentellen Methoden sind Methoden des Yoga.

Hier muss erwähnt werden, dass das Wort 'Yoga' im Jainismus ursprünglich eine andere Bedeutung hatte als die heute übliche. In dem *Tattvarthasutra* des Umasvati (vermutlich aus dem 2. Jh. n. Chr.), dem wohl einflussreichsten philosophischen Text des Jainismus, wird das Wort in der Bedeutung 'Betätigung' (geistig, sprachlich oder körperlich) verwendet, dann auch als 'Folge der Betätigung', d.h. Bindung von Karma. In solchen Bedeutungen ist Yoga etwas Unerwünschtes, denn durch das Binden von Karma werden die natürlichen vorzüglichen Eigenschaften der reinen Seele getrübt, was zu Leid und zu weiteren ungünstigen Existenzen im *samsara* führt. Es scheint dass erst mit den Werken des Haribhadra (757-827 n. Chr.), wie seinem *Yogadrstisamuccaya* und *Yogabindu*, die schon in anderen Kreisen verbreitete, heute übliche Yogaterminologie in den Jainismus eingeführt wurde. Wenn man aber die üblichen ikonographischen Darstellungen jainistischer Heiligen (z.B. der Tirthankaras) beobachtet, wird sofort klar, welchen Stellenwert die Meditation und der Yoga im Jainismus haben. Die Tirthankaras werden praktisch immer entweder in *virasana* oder in *kayotsarga* dargestellt, zwei der Haltungen, die in dem *Yogasastra* des Hemacandra (12. Jh.) als ideale *asanas* für die Meditation empfohlen werden. (sh. Bild 178)

## **Das Wesentliche an den Körperhaltungen ist, dass man sich in ihnen gut konzentrieren kann und sie so den geistigen Übungen dienen.**

Obwohl die jainistischen Handbücher über Yoga und Meditation, wie das soeben erwähnte *Yogasastra*, einem Svetambara-Werk, oder der frühere *Jñanarnava* des Subhacandra (11. Jh., einem Digambara-Werk), *asanas* erwähnen und beschreiben, werden den physischen Aspekten des Yoga verhältnismässig wenig Aufmerksamkeit geschenkt. Einige *asanas* werden empfohlen, aber das Wesentliche an diesen Körperhaltungen ist, dass man sich in ihnen gut konzentrieren kann; mit anderen Worten, sie dienen den geistigen Übungen, die in jainistischer Sicht den grösseren und wichtigeren Teil der *sadhana*, des Erlösungsweges ausmachen. Auch *pranayama* wird erwähnt als ein nützliches unterstützendes Hilfsmittel, aber im Allgemeinen sagen die Texte auch nicht sehr viel über Atemtechniken. Viel wichtiger als solche (zwar auch wichtige) körperliche und moralische Vorbereitungen sind die geistigen Übungen, wodurch die eigentliche Reinigung der Seele von Karma stattfinden soll.

Diese geistigen Übungen sind einerseits Meditationsübungen, die individuell, in Stille und Zurückgezogenheit ausgeführt werden, andererseits Überlegungen, die man ständig in Betracht zieht bei allen Handlungen, die man im Laufe des Tages verrichtet. Die wichtige Stellung dieser ethischen Überlegungen machen den Jainismus zu einer besonders ethikbewussten Religion, und es ist mehrmals von soziologischen Forschern suggeriert worden, dass dieses Merkmal der Religion der Grund dafür ist, dass die Jainas als Händler einen guten Ruf haben und eine so prominente Stellung in der indischen Wirtschaft einnehmen.

Die Jainas haben sich nicht damit begnügt, bloss die Yoga-Übungen zu machen und dann gedankenlos irgendwelche somatische und psychische Folgen zu erleben: sie wollten auch verstehen, was die Folgen bedeuten und wie das alles funktioniert, weil einerseits sie alles im Leben bewusst erleben wollten und andererseits sie durch Verständnis den Yoga-Prozess effizienter machen könnten. Der wichtigste Theoretiker über den Yoga bei den Jainas war wahrscheinlich Haribhadra (8. Jh.), der in zwei Werken vier verschiedene Schulen des Denkens über Yoga untersucht hat. Er wusste in allen Schulen Gutes zu entdecken und zu schätzen, äusserte andererseits auch Kritik zu einigen metaphysischen Annahmen, die er bei anderen Denkern sah. Auch war Haribhadra ein gewissenhafter und liberaler Psychologe, der zugestand, dass die inneren Erfahrungen des Yogas, einschliesslich die Erfahrung des letztendlichen Erlöstwerdens, für jedes Individuum wieder anders sind. Obwohl er also auf der psychologischen Erfahrungsebene einen Pluralismus akzeptierte, war seine Erklärung des Yoga-Prozesses aber eindeutig.

Haribhadra stand nicht allein in seiner Zeit mit seinen Versuchen, Yoga zu erklären und zu verstehen. Er war ein Zeitgenosse des Monisten Sankara, und zur selben Zeit wurde auch der als Yogavasistha bekannte Text zusammengestellt. Der amerikanische religionswissenschaftler Chr. K. Chapple, der die Werke Haribhadras und das Yogavasistha miteinander verglichen hat, meint, dass das Yogavasistha letztendlich sehr eklektisch geblieben ist und keine wirkliche Erklärung für die Wirksamkeit des Yoga gegeben hat: es neigt zu einer Art Advaita, einem monistischen Denken, das oberflächlich distanziert bleibt und nicht wirklich konsequent ist. Als Realist hat Haribhadra einiges an Kritik an den monistischen Auffassungen zum Yoga zu äussern: Ein konsequenter Monist, so meint er, befasst sich nicht mit Yoga, denn ihm zufolge sollte alles sowieso schon eins

und unveränderlich sein, d.h. dass man überhaupt nichts in der Welt bewirken kann, also auch nicht mit Yoga. Auch macht er sich lustig über die Buddhisten, die behaupten, dass es kein Selbst gibt, das erlöst werden soll: wenn das wirklich so ist, dann hat es gar keinen Sinn, sich mit Yoga anzustrengen.

## **Die Stifter-Heiligen der Jainas sind verehrungswürdig, weil die Kontemplation über sie in den Seelen der Gläubigen gute Veränderungen bewirkt.**

Wenn man die jainistischen Anschauungen über Yoga mit denen aus anderen Schulen des indischen Denkens vergleicht, darf man nie die manchmal beträchtlichen metaphysischen Unterschiede zwischen den Schulen vergessen. So ist z.B. ein wichtiges Merkmal des Jainismus, dass er eine atheistische Weltanschauung ist, oder besser, wie Heinrich Zimmer sehr treffend formuliert hat: eine transtheistische. Zwar gibt es auch nach jainistischer Auffassung lebende Wesen auf anderen Existenzebenen als der unsrigen, die aber, wenn sie es so wollen, sich auf unserer Ebene bemerkbar machen und einiges bewirken können, auf eine Weise, die man Göttern und Geistern zuschreibt; am Besten bekannt sind die sog. *yaksas* und *yaksis*, deren Kult in der Laienreligion einiger jainistischer Sekten eine sehr prominente Rolle spielt. Oberflächlich gesehen ist die Verehrung der Tirthankaras, vor allem in den Tempeln der Digambara-Sekte, der Verehrung hinduistischer Gottheiten ziemlich ähnlich, und die Gläubigen bitten die *yaksas* und *yaksis* auch um sehr weltliche Hilfe, wie in hinduistischen Tempeln üblich.



*Die yaksi Padmavati*

Diese Verehrung der *yaksas* und *yaksis* ist aber in erster Linie nicht dazu da, dem Gläubigen auf dem Wege zur Erlösung zu helfen; im Gegenteil, manche jainistische Denker und Autoren haben von deren Verehrung abgeraten, weil sie den Gläubigen noch stärker im *samsara* verstricke. Und was die Verehrung der Tirthankaras betrifft, sind alle Autoritäten sich darüber einig, dass die Tirthankaras so vollkommen vom weltlichen Geschehen losgelöst sind, dass sie überhaupt nicht ins Leben der Gläubigen eingreifen; sie sind verehrens-wert, weil die Kontemplation über sie in den Seelen der Gläubigen gute Veränderungen bewirkt: Sie sind den Gläubigen als Vorbilder behilflich, aber die Gläubigen müssen selber dafür sorgen, anhand des von jenen Heiligen gelieferten Vorbildern ihr eigenes Karma loszuwerden. So gibt es also auch im Jainismus einen Tempel- und Bilderkult, sowie eine devotionelle Literatur, aber nie übernehmen die verehrten Persönlichkeiten die eigentliche Arbeit, nämlich die Beseitigung des Karma von den Gläubigen, obwohl die *yaksas* und *yaksis* gewissermassen behilflich sein können, und zwar so, dass sie die materiellen Umstände, unter denen die Gläubigen ihre *sadhana* vollziehen, ein bisschen weniger schwierig machen. So berichtet die Hagiographie über die *yaksi* Padmavati und den *yaksa* Dharanendra, dass sie den vorletzten Tirthankara, Parsva, gegen üble Angriffe schützten, damit er in seiner Meditation ungestört sei und die Erleuchtung erreiche, was für die ganze Welt wichtig war.

## **Bei de Jainas gibt es zwar einen Götterglauben, der jedoch überwunden werden muss, wenn man die Erlösung erreichen will.**

Bezeichnenderweise gibt es auch hagiographische Lebensbeschreibungen der *yaksas* und *yaksis*, in denen erklärt wird, warum diese Seelen als solche Halbgötter existieren, und in vielen Fällen stellt sich heraus, dass auch diese Wesen in ihrem vorangehenden Dasein sich yogisch bemüht haben. So gibt es also Götter und Göttinnen im Jainismus, aber die Bedeutung des Wortes *deva*, das üblicherweise in Übersetzung immer mit 'Gott' wiedergegeben wird, ist eine für den Jainismus spezifische: es gibt einen Götterglauben, der aber *überwunden* werden muss, wenn man Erlösung erreichen will, und so ist Zimmers Bezeichnung 'transtheistisch' sehr gut.

*Karmasiddhanta* oder die 'Karmatheorie' ist im jainistischen Denken zentral: Die Wechselwirkung von Selbst und Nichtselbst, von Bewusstsein und Materie, ist das Hauptthema der jainistischen Psychologie, Metaphysik, und viel mehr. Jede von der Seele unternommene Aktivität: körperlich, sprachlich oder geistig, wird als eine Schwingung beschrieben, wodurch eine Wechselwirkung mit *ajiva*, all dem, was Nichtselbst ist, stattfindet. Das bewusste Individuum wirkt seine Umgebung, erleidet aber auch eine Reaktion: Einflüsse aus dieser Umgebung prägen sich als Karma in seinem Bewusstsein ein, das angenehme oder unangenehme Auswirkungen haben kann. Diese karmischen Einflüsse machen sich in seinem Denken, Empfinden und Benehmen bemerkbar, manchmal auch über ein Leben hinaus ins nächste. Die jainistischen Theoretiker meinen aber, dass diese Wirkungen des Karma beobachtet, analysiert und verstanden werden können, und wenn sie einmal richtig verstanden sind, kann man sie absichtlich so manipulieren, dass das Individuum aktiv die Qualität seines jetzigen und des nächsten Lebens bestimmen kann. Aller Genuss und alles Leiden sind im Bewusstsein situiert: nicht in Besitz, nicht im Körper, nicht in der Gesellschaft, nicht in irgendetwas ausserhalb des Selbstes Daseiendem.

Genuss bedeutet meistens eine Abnahme des Karmas, wobei das inhärente Glück der Seele in höherem Masse erfahren wird, und Schmerz bedeutet das Gegenteil: dass durch eine Zunahme des karmischen Einflusses die falsche Identifizierung mit dem Nichtselbst zugenommen hat, und dies ist der grundsätzliche Fehler, der der Verstrickung des Selbstes im *samsara*, dem Kreis der Wiedergeburten, zugrunde liegt.

Das ganze jainistische Lebensprogramm basiert auf diesen Ideen über Karma. In der Jaina-Ethik stehen fünf fundamentale Gelübde (*vratas*) zentral: Gewaltlosigkeit, das Nichtstehlen, Wahrhaftigkeit, Keuschheit und das Beschränken des persönlichen Besitzes. Es gibt zwei Varianten dieses Satzes der fünf Gelübde, die so genannten *anuvratas* und *mahavratas* (oder die 'kleinen Gelübde' und die 'grossen Gelübde'), deren Unterschied darin besteht, dass die grossen Gelübde, die von Mönchen und Nonnen auf sich genommen werden, möglichst wörtlich eingehalten werden: Überhaupt keinerlei gewalttätige Handlungen, und im Falle der Digambara-Mönche geht die Besitzlosigkeit so weit, dass sie auch keine Kleider besitzen. Dagegen ist die Einhaltung der Gelübde bei den Laien nicht so strikt, aber sie wird im Laufe des Lebens strikter für diejenigen, die danach streben, letztendlich so vom Weltlichen losgelöst zu werden wie diejenigen, die die grossen Gelübde auf sich genommen haben. Merkmal aller Gelübde ist, dass sie dazu dienen, dieses Gefühl des Losgelöstseins zu entwickeln. Habgier bindet einen an die Welt, wie uneingeschränkte Sensualität das auch tut; Diebstahl ist Ausdruck eines Verlangens nach materiellem Besitz, zu dem man kein Recht hat; und die einzigen Gründe, weshalb man lügt oder gewalttätig wird, haben mit Habgier, Bindung, Eitelkeit zu tun, also mit einer Identifizierung mit und Verstricktsein in Weltlichem.



*Digambara-Mönch (Jaina-Yogi)*

Die philosophisch realistische Betrachtung des Yoga, wie man sie im Jainismus findet, am Explizitesten vielleicht in den Werken Haribhadras, könnte von besonderer Wichtigkeit sein für die weitere Akzeptanz und Verbreitung des Yoga im Abendland. Die alten Techniken des Yoga und deren Auswirkungen in der Erfahrung des Praktizierenden werden auf eine Weise erklärt, die der Wahrheit der individuellen Existenz und der phänomenalen Welt, in der der Yoga ja stattfindet, gerecht wird. Die Essenz des Individuums wird nie verneint, sondern wird im Gegenteil als durch yogische Erfahrung bestätigt gesehen. Hiermit werden die ernsthaften Bedenken, die europäische Forscher wie C.G. Jung bezüglich indischer spiritueller Praktiken geäußert haben, überwunden und wird möglicherweise eine wahrlich allgemein akzeptierbare philosophische Basis für das Denken über und das Praktizieren von Yoga gelegt. Die ernsthafte abendländische geistige Auseinandersetzung mit dem Jainismus ist aber leider bis heute noch immer behindert durch ungenügende Vorkenntnisse, durch von christlichen Missionaren geformte und verbreitete Vorurteile und durch seit Jahrhunderten gesellschaftspolitisch und polemisch von brahmanisch-hinduistischer Seite verbreitete Gegenpropaganda. Das ist besonders schade, denn im Jainismus ist eine über mehr als zweitausendfünfhundert Jahre alte spirituelle Tradition, in der man sich von Anfang an intensivst mit dem Yoga und dessen Auswirkungen geistig befasst hat und die, im Gegensatz zu den sogenannten 'orthodoxen' hinduistischen Denkschulen nie eine durch Geburt bestimmte, sozial exklusivistische Ideologie wie das Kastensystem propagiert hat.

Wenn man von örtlichen traditionellen Devotionsformen und Bräuchen und den mittelalterlichen tantrischen Entwicklungen absieht, *ist* der Jainismus ein Yoga-System, das als gesellschaftliches Ordnungsprinzip, als eine Religion Form angenommen hat. Für den Philosoph Haribhadra waren die Jinas die perfekten Yogis; wie die noch immer lebendige jainistische Ikonographie und die Verehrung der als Yogis lebenden Mönche und Nonnen zeigt, ist für diese ganze Gemeinschaft noch immer der Yogi der eigentlich verehrenswürdige Mensch, genau wie die *pancaparamesthins*, die fünf Klassen von Heiligen, an die von allen Jainas im täglichen Standardgebet, dem *pancanamokaramantra* gedacht wird, auch alle Yogis sind. In keiner anderen Weltanschauung haben der Yoga und der Yogi einen so zentralen Stellenwert wie im Jainismus, und deshalb liegt es auf der Hand anzunehmen, dass in der zukünftigen tieferen Erforschung des Yoga das Studium des Jainismus eine wichtige Rolle einnehmen sollte.