

180056 SE  
Die Kunst des Yoga – Yoga ALS Kunst  
Lehrveranstaltungsleiter: Arno Böhler

Studienprogrammleitung [Philosophie](#)  
2 Stunde(n), 5,0 ECTS credits  
Prüfungsimmanente Lehrveranstaltung  
Kapitel: [18.01](#) BA M 8.2

DI wtl von 11.03.2014 bis 24.06.2014 15.00-17.00  
Ort: Hörsaal 3C, NIG Universitätsstraße 7/Stg. II/3. Stock, 1010 Wien  
Beschränkte Teilnehmerzahl, max. 45

---

- |                                     |  |
|-------------------------------------|--|
| <b>1. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 11.03</b><br><b>Referatvergabe, Einführung: Arno Böhler</b><br>TKV. Desikachar, Yoga. Tradition und Erfahrung.<br>Die Praxis des Yoga nach dem Yoga Sutra des Patañjali, 2005 |
| <b>2. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 18.03</b><br><b>Yoga Begriff, Grundlagen</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 11-27   |
| <b>3. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 25.03</b><br><b>Die Praxis der āsana</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 27-45   |
| <b>4. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 01.04</b><br><b>Der überlegte Aufbau einer Übungspraxis</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 45-75  |
| <b>5. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 08.04</b><br><b>Variationen in den āsana</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 75-95   |
| <b>6. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 29.04</b><br><b>avidyā und duḥkha</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 95-109   |
| <b>7. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 06.05</b><br><b>duḥkha und saṃskāra</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 109-119  |
| <b>8. Lehrveranstaltungseinheit</b> | <b>Di, 13.05</b><br><b>puruṣa und prakṛti</b><br><b>Lektüre:</b> Desikachar 2005, p. 119-125   |

<b>9. Lehrveranstaltung</b>	<b>Di, 20.05</b> <b>yama und niyama</b> Lektüre: Desikachar 2005, p. 125-137
<b>10. Lehrveranstaltungseinheit</b>	<b>Di, 27.05</b> <b>āsana und prāṇāyāma</b> Lektüre: Desikachar 2005, p. 137-149
<b>11. Lehrveranstaltungseinheit</b>	<b>Di, 03.06</b> <b>Praktische Aspekte des prāṇāyāma</b> Lektüre: Desikachar 2005, p. 149-167
<b>12. Lehrveranstaltungseinheit</b>	<b>Di, 10.06</b> <b>pratyāhāra, dhāraṇā, dhyāna, samādhi</b> Lektüre: Desikachar 2005, p. 177-187
<b>13. Lehrveranstaltungseinheit</b>	<b>Di, 17.06</b> <b>Der innere Weg – saṁyama und kaivalya</b> Lektüre: Desikachar 2005, p. 177-187
<b>14. Lehrveranstaltungseinheit</b>	<b>Di, 24.06</b> Zusammenfassung

---

**Literatur: [bereitgestellt auf Moodle (wird im Laufe des Semesters noch ergänzt)]**

1. TKV. Desikachar, Yoga. Tradition und Erfahrung. Die Praxis des Yoga nach dem Yoga Sutra des Patanjali, Via Nova: Petersberg 2005 (3. Auflage)
2. Patañjali, Die Wurzeln des Yoga. Die klassischen Lehrsprüche des Patañjali mit einem Kommentar von P. Y. Deshpande. Mit einer neuen Übertragung der Sūtren aus dem Sanskrit herausgegeben von Bettina Bäumer, O. W. Barth Verlag: Bern 2007 (12. Auflage).
3. David Gordon White, Yoga in Practice, Princeton Press: Princeton 2012.
4. Eliade, Mircea: Yoga. Unsterblichkeit und Freiheit, Suhrkamp Verlag: Frankfurt am Main 1985.

**Weitere Informationen:**

<http://homepage.univie.ac.at/arno.boehler/>  
sowie auf der eLearning-Plattform moodle

**Inhalte:**

In diesem Semester werden wir uns den Yoga-Sutren von Patañjali, dem ältesten überlieferten Text einer systematischen Darstellung der Yoga-Lehren (ca. 350-450 n. Chr.) aus einer Doppellektüre annähern. Einerseits soll der Text in Hinblick auf seine philosophischen Implikationen gelesen und theoretisch analysiert werden. Andererseits soll auch die Theorie der praktischen Übungen, die über Jahrhunderte aus der Yoga-Philosophie entwickelt worden sind, im Seminar untersucht werden: Körperstellungen, Atemübungen, Meditationstechniken. Der

Schwerpunkt wird auf der Theorie dieser praktischen Übungen liegen. Einfachere Übungen werden im Seminar aber auch leiblich präsentiert. Ist Yoga, von diesem Doppelaspekt her betrachtet, vielleicht auch eine Form künstlerischer Praxis?

**Methoden:**

Close reading von Patañjali's Yoga Sutren und zur theoretischen Grundlagen indischer Yogatechniken.

**Ziele:**

1. Einführung in die indische Philosophie
2. Lektüre von Patañjalis Yoga-Sutren
3. Erörterung der Frage nach dem Verhältnis von Theorie und leiblicher Praxis in der indischen Philosophie
4. Diskussion der Relevanz dieser Frage für ein interkulturelles Verständnis von Philosophie

**Art der Leistungskontrolle:**

Mündliches Referat (20 Minuten), Schriftliche Ausarbeitung des Referats (ca. 10 Seiten), Mitarbeit.