

Zusammenfassung des Penguin-Klassikers ‚The Upanishads‘, übersetzt und herausgegeben von der ausgezeichneten britischen Gelehrten, Valerie J. Roebuck.

Es werden dreizehn Upanishaden vorgestellt.

I - Ishavasya Upanishad.

Essenz : Purnamadam ----- Purnameva Vasishyate. Mathematik des Unbegrenzten : Die Ganzheit als GESAMTHEIT & HEILIGES herrscht immer vor.

II - Brihadaranyaka Upanishad.

1. Nur ‚TRAT‘-Existenz ist Realität als Swa-Ha (Auflösung der ‚Ich‘-heit).
2. Dama-Daana-Dayaa (Entbehrung/Einfachheit - Nächstenliebe - Mitgefühl).

III - Chhandogya Upanishad.

1. Geschichte des Weisen Uddaalak und seines jungen Sohnes Swetketu - Du bist Das, ‚Du‘ bist nichts!
2. Geschichte von Jabala.

IV - Taittiriya Upanishad.

Der Vokallaut ‚A-U-M‘ löst sich im ‚Klang der Stille‘ auf!

V - Aitareya Upanishad.

Verbindung des Lebens am Brahma-Randhra oder der Fontanelle.

VI - Kausitaki Upanishad.

Dritte Dimension: Die Freude des ledigen Gemüts (‚No-mind‘). Nicht die Enge der Gegensätze: Vergnügen-Schmerz des denkenden Geistes.

VII - Kena Upanishad.

‚Erkennen‘, das der Verschmelzung von ‚Erkennendem‘ und ‚Erkanntem‘ folgt.

VIII - Katha Upanishad.

Die **Kunst des Lebens** vom **Herrn des Todes** (Yama) lernen.

IX - Swetasvatara Upanishad.

Die **Essenz** ist: Saamkhya-Philosophie des Weisen Kapilacharya oder die Svadhyay-Lehren des Kriya Yoga.

X - Mundaka Upanishad.

Die **Essenz** ist: **Rasierter Kopf** - als Symbol der Entsagung und des Asketentums.

XI - Prasna Upanishad.

Die **Essenz** ist die Frage (Prasna): Wer ist der Fragende - die ‚Ich‘-heit - was zur Nicht-Bewegung des ‚Ich‘ führt – womit die psychologische Zeit so zu einem Ende kommt.

XII - Maandukya Upanishad. Maanduka bedeutet ‚Frosch‘.

Die **Essenz** ist, dass sich das Denken diskontinuierlich wie in Froschsprüngen bewegen muss.

XIII - Maitri Upanishad.

- Essenz:**
- 1) Buddhas wichtigste vier Lehren.
 - 2) Sei ein Lotos: nicht nass werden, obwohl man im Wasser ist.
 - 3) Jagriti-Svapna-Sushupta-Turya - vier menschliche Zustände des Lebens.

Jai Valerie J. Roebuck