

Dean Radin

SUPERNORMAL

Faszinierende Beweise
für die unglaublichen Fähigkeiten
des Menschen

Aus dem Englischen von Astrid Ogbeiw

 crotona

Titel der amerikanischen Originalausgabe:

*Supernormal – Science, Yoga, and the Evidence for Extraordinary
Psychic Abilities*

This translation published by arrangement with Deepak Chopra Books,
an imprint of the Crown Publishing Group,
a division of Random House LLC, Inc., New York.

Copyright © 2013 by Dean Radin

Foreword copyright © 2013 by Deepak Chopra

Deutsche Ausgabe:

1. Auflage 2015

© Crotona Verlag GmbH

Kammer 11

83123 Amerang

www.crotona.de

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen, fotomechanische
Wiedergabe, Tonträger jeder Art und auszugsweisen Nachdruck, sind vorbehalten.

Übersetzung aus dem Amerikanischen: Astrid Ogbeiw

Umschlaggestaltung: Annette Wagner

unter Verwendung von

© 69913678 - Meditating woman© Sergey Nivens – fotolia.com

Druck: C.H. Beck • Nördlingen

ISBN 978-3-86191-023-7

INHALT

Vorwort	9
Zum Geleit	15
Teil Eins	Von legendären Yoga-Superkräften	23
Kapitel Eins	Einführung.....	25
Kapitel Zwei	Yoga-Explosion.....	35
Kapitel Drei	Andere Realitäten	60
Kapitel Vier	Mystik und Mirakel	72
Kapitel Fünf	Unglaublich.....	93
Kapitel Sechs	Das Yoga-Sutra	124
Kapitel Sieben	Die Siddhis.....	137
Teil Zwei	... zu moderner Wissenschaft	151
Kapitel Acht	Die Wissenschaft und die Siddhis	153
Kapitel Neun	Präkognition.....	165
Kapitel Zehn	Telepathie	216
Kapitel Elf	Psychokinese bei lebenden Systemen	240
Kapitel Zwölf	Psychokinese bei unbelebten Systemen	258
Kapitel Dreizehn	Hellsichtigkeit.....	310
Kapitel Vierzehn	Psi und Meditation.....	319
Teil Drei	... und darüber hinaus	329
Kapitel Fünfzehn	Pragmatik.....	331
Kapitel Sechzehn	Der zukünftige Mensch	342
Danksagungen	367
Glossar	368
Zitierte Literatur	370
Index	392

KAPITEL ACHT

DIE WISSENSCHAFT UND DIE SIDDHIS



Wenn man das Wort »normal« als Merkmal der Norm oder der Mehrheit begreift, dann sind die Abergläubischen und alle, die an ASW, Geister und übersinnliche Phänomene glauben, die Normalen. Wissenschaftler und Skeptiker verdrehen angesichts solcher Wortklauberei die Augen und behaupten, der Glaube an alles, wofür es keine empirischen Belege gebe, sei ein Anzeichen pathologischen Denkens und nicht der Normalität.

Sharon Begley, Newsweek¹²⁴

Ist es pathologisch, ohne empirische Belege an etwas zu glauben? Wenn ja, dann ist nach Sharon Begley jeder psychisch krank, der sich zu einem starken religiösen Glauben bekennt. Wenn solche Fehdehandschuhe hingeworfen werden, ist es kein Wunder, dass Theisten und Atheisten sich ständig an die Gurgel gehen. Beide halten ihren jeweiligen Gegner für verrückt.

Doch was ist mit empirischen Belegen für die Liebe einer Mutter zu ihrem Kind? Wir wissen etwas über die biochemischen Korrelate der Liebe, etwa über die Ausschüttung des »Liebeshormons« Oxytocin. Auch können wir bei Beobachtung eines bestimmten Verhaltens darauf schließen, dass Liebe vorhanden ist. Doch wenn es darum geht, die *gefühlte* Liebe zu beweisen, dann verstummt die Wissenschaft vor den Müttern. Die Wis-

senschaft hat keine Methode, subjektive Erfahrungen eines Ich strikt zu objektivieren. Das kann objektiv nur das Subjekt.

Im einführenden Zitat zu diesem Kapitel schreibt Sharon Begley über subjektive Erfahrungen anderer Art – außersinnliche Wahrnehmungen, ASW. Wie sie sagt, löst die bloße Erwähnung dieses Wortes bei manchen Wissenschaftlern unkontrollierbares krampfhaftes Augenverdrehen und tiefes Seufzen aus. Doch die Wendung »keine empirischen Belege« ist in Wirklichkeit nur eine Ausrede für die Ablehnung des Außergewöhnlichen. Für alle, die sich von neuartigen Ideen nicht bedroht fühlen, gibt es reichlich Belege, wie wir noch sehen werden. Die Frage ist, wie können wir das, was die Wissenschaft uns über die Wirklichkeit erzählt, mit den Erzählungen der Yogis versöhnen, die uns offensichtlich etwas ganz anderes sagen.

We built this Siddhi on Rock'n'Roll

Wenn wir überlegen, die Siddhis mit den Methoden der Wissenschaft zu untersuchen, dann müssen wir uns zuerst fragen, was Wissenschaft überhaupt untersuchen *kann*. Wissenschaftliche Methoden sind ausgezeichnet im Messen und Abbilden der beobachtbaren Welt – von Atomen bis zu Sternen und von Bakterien bis zu menschlichem Verhalten. Wenn wir uns für Phänomene interessieren, bei denen wir hohe Gewissheit dafür wollen, dass das, was wir untersuchen, *real* ist und nicht nur ein Fehler, Zufall oder eine oder mehrere Wahrnehmungsverzerrungen, dann müssen wir auf kontrollierte Laborexperimente zurückgreifen. Laboruntersuchungen erklären nicht die raue, chaotische Alltagswelt im Allgemeinen. Sie untersuchen vielmehr, üblicherweise mit engmaschigen Kontrollen, künstlich eingeschränkte Versionen der wirklichen Welt.

Im Labor werden lebende Zellen in Petrischalen untersucht. Die elektrische Aktivität im Gehirn eines Menschen wird gemessen, wenn er verschiedene Bilder betrachtet. Wir suchen vielleicht statistische Verschiebungen in der Wahrscheinlichkeitsverteilung von Zufallsereignissen.

Der Preis für hohe Gewissheit bei diesen Beobachtungen ist eine Verengung unseres Blickwinkels und eine klare Definition der Grenzen des-

sen, was wir beobachten. Dadurch sind die Effekte, die wir schließlich im Labor sehen, winzig im Vergleich zu dem, was außerhalb des Labors vor sich geht. Das gilt ganz besonders für die Untersuchung spontanen menschlichen Verhaltens.

Darüber hinaus sind wissenschaftliche Methoden bei der Messung rein *subjektiver* Zustände nicht sehr effektiv. Psychologische und physiologische Messungen lassen Rückschlüsse darauf zu, was im Bewusstsein und in begrenztem Umfang auch im Unbewussten eines Probanden vor sich geht, aber wir können es nicht direkt in Erfahrung bringen. Einen Yogi beim Meditieren zu beobachten, wird uns selbst mit den schicksten Hirnscannern nicht viel darüber sagen können, wie es ist, Samadhi zu erleben.

Glücklicherweise eignen sich einige Siddhis für eine Untersuchung unter strengstens kontrollierten Laborbedingungen, weil es dabei um Effekte geht, die objektiv beurteilt werden *können*. Zum Beispiel können wir untersuchen, ob Siddhis, in denen es um Hellsichtigkeit oder Präkognition geht, zutreffende oder illusorische Angaben liefern; wir können testen, ob einige außergewöhnliche Geist-Körper-Effekte verifizierbar real sind, und wir können ermitteln, ob eine Beeinflussung von Materie durch den Geist möglich ist.

Dennoch stoßen wir dabei an wichtige Grenzen – es ist nicht leicht, Menschen mit Fähigkeiten auf Buddha-Niveau zu finden, die bereit sind, ins Labor zu kommen und ihre Gaben dort vorzuführen. Wie bereits erwähnt, warnen die meisten esoterischen Schulen davor, diese Fähigkeiten in der Öffentlichkeit zu demonstrieren. Deshalb sind wir auf die Untersuchung dreier Menschengruppen beschränkt: Diejenigen, die aufgrund ihrer im Labor bereits erbrachten Leistungen talentiert erscheinen, diejenigen, die über eine gewisse Meditations- und Yoga-Erfahrung verfügen sowie – und darauf läuft es am Ende meistens hinaus – Freiwillige, die weder selektiert noch ausgebildet noch begabt, aber bereit und in der Lage sind, an den Experimenten teilzunehmen.

Da wir die Besten der Besten nicht untersuchen können, werden die beobachtbaren Effekte wahrscheinlich schwach und sporadisch sein. Das bedeutet, dass man eine sehr große Datenmenge sammeln muss, um bei den Ergebnissen Gewissheit zu erlangen. Glücklicherweise hat die Un-

tersuchung normaler Menschen aber auch einen Vorteil. Wenn Otto Normalverbraucher, unser nach Zufallskriterien ausgewählter »Mann von der Straße«, im Labor schwache, aber positive Ergebnisse zeigen kann, dann deutet das darauf hin, dass Siddhis zu einem Spektrum von Fähigkeiten gehören, die in der Bevölkerung weit verbreitet sind. Die Realität einer angeblichen Fähigkeit ist wesentlich leichter akzeptabel, wenn sie sich als grundsätzlich im Menschen vorhandenes Potenzial erweist statt als eine extreme Eigenheit, über die nur eine Handvoll Menschen auf der Welt verfügen.

Ich vermute, dass es unter uns Leute gibt, die im Besitz hoch funktionaler Siddhis sind, diese aber nicht durch eine ausgedehnte Meditationspraxis, sondern durch reine Begabung erlangt haben. Wie Olympiasportler oder Opernstars sind auch solche Menschen selten. Aufgrund meiner Erfahrung mit Tests an einem breiten Spektrum von Psi-Test-Teilnehmern im Labor schätze ich, dass vielleicht einer von zehner- oder hunderttausend über außergewöhnliche Fähigkeiten verfügt, die mit den klassischen Siddhis vergleichbar sind.

Die ganz großen Siddhis

Wir müssen uns auch überlegen, ob wir die Beschreibungen der Siddhis wörtlich oder metaphorisch verstehen wollen. Sind Siddhis über Levitation oder die völlige Beherrschung von Materie durch den Geist wirklich wahr? Können Diamanten buchstäblich auf geistiges Kommando aus dem Nichts auftauchen? Zwar gibt es historische Berichte, in denen eben dies behauptet wird, und auch einige heutige Gurus und Medien behaupten dergleichen, doch es gibt auch jede Menge Menschen, die sie brillant vortäuschen.

Ich habe ein paar Leute getestet, die Behauptungen über außergewöhnlich starke übersinnliche Effekte aufgestellt haben und schwören, dass sie die Wahrheit sagen. Doch unter Bedingungen, die mich davon überzeugt hätten, dass ihre Behauptungen den Tatsachen entsprechen, konnte nicht einer von ihnen seine Angaben systematisch demonstrieren. Das muss nicht unbedingt heißen, dass sie dreiste Lügen aufgetischt haben

oder Wahnvorstellungen erlegen sind. Wenn man gnädig sein will, dann mögen die Schwierigkeiten zum Teil auch auf die Feinheit der Phänomene zurückzuführen sein. Doch Patanjali beschreibt die Siddhis nicht als schwach oder unzuverlässig. Er schreibt: Wenn Samadhi kontrolliert werden kann und Samyama erlangt wird, dann treten diese Dinge auf. Punkt. Sie geschehen nicht halbwegs, je nachdem, wer gerade zuschaut.

Für zwei mittelgroße Siddhis, bei denen es in beiden Fällen um eine supernormale Kontrolle der Verbindung zwischen Geist und Körper geht, gibt es tatsächlich Belege: Für die Fähigkeit, die Kerntemperatur des Körpers so weit zu erhöhen, dass man sich ohne Kleidung wohlbehalten in Schnee und Eis aufhalten kann, sowie für die Fähigkeit, keine Nahrung mehr zu sich zu nehmen.

Der Eismann

Eine amüsante Tradition in kälteren Klimaten ist das Eisschwimmen, bei dem sich meist am Neujahrstag Zehntausende Menschen ins eiskalte Meer bzw. Flüsse und Seen stürzen. Ein paar Minuten lang kann man das unbeschadet tun, vorausgesetzt, man bleibt in Bewegung und steigt schnell wieder aus dem Wasser. Unter normalen Bedingungen kann man bei Minustemperaturen nur wenige Minuten in eisigem Wasser überleben.

In der tibetischen *Tummo*-Meditation – *Tummo* bedeutet in etwa »inneres Feuer« – wird jedoch eine Verbindung zwischen Geist und Körper eingeübt, bei der extreme Kälte, die einen Ungeübten rasch umbringen könnte, unbeschadet über Minuten oder sogar Stunden ausgehalten werden kann. Die *Tummo*-Meditation könnte mit der Vorstellung von der Kundalini-Energie – einer Lebenskraft-Energie, die im Körper zirkulieren soll – verwandt sein. Mit der richtigen Konzentration, so erzählen die Yoga-Geschichten, soll es möglich sein, so viel Hitze zu erzeugen, dass man unbeschadet in eisiger Kälte sitzen kann. Diese Behauptung wurde von Herbert Benson und Kollegen von der Harvard University an tibetischen Mönchen getestet und bestätigt.¹⁵⁸ Zwar weiß man nun, dass diese Fähigkeit tatsächlich möglich ist, doch die ihr zugrunde liegenden Mechanismen bleiben rätselhaft.

Dieses Rätsel wurde in den letzten Jahren noch größer, als nämlich der niederländische Sportler Wim Hof in seiner Tummo-Praxis wahrhaft extreme Ausmaße an Körperkontrolle demonstrierte.¹⁰⁰ In seinem Buch *Becoming the Iceman* schildert Hof eine Reihe äußerst bemerkenswerter Leistungen, unter anderem einen Lauf über die volle Marathondistanz oberhalb des Polarkreises bei minus 20 °C – barfuß im Schnee und bekleidet nur mit Laufshorts. Außerdem hält er den Weltrekord im Stillsitzen im Eiswasser (eine Stunde vierundvierzig Minuten), er kletterte, nur mit Shorts bekleidet, auf den Kilimandscharo, und wäre ihm nicht eine Fußverletzung dazwischengekommen, dann hätte er auch den Mount Everest ohne Sauerstoffflaschen bestiegen. Jede dieser Leistungen wäre für einen Durchschnittsmenschen tödlich.

Hof behauptet, jeder habe die Möglichkeit (aber vielleicht nicht den Willen) zu lernen, wie man diese Kunststücke zustande bringt. Diese Form der geistigen Kontrolle über den Körper passt zur klassischen Beschreibung der Siddhis, zum Beispiel im *Yoga-Sutra*, *Pada* III.40 »glühendes Leuchten«. Aus Forschungen an Wim Hof zeichnet sich ab, dass diese extremen Formen der Kontrolle des Geistes über den Körper sogar noch bemerkenswerter sind als die bloße Regulierung der Körperwärme.

Zum Beispiel wird auf Clinictrials.gov, der Website der amerikanischen *National Institutes of Health*, berichtet, Hof habe im medizinischen Zentrum der Universität Radboud im niederländischen Nijmegen achtzig Minuten lang in Eiswasser gelegen, um zu untersuchen, wie sein Körper auf die Schäden durch die extreme Kälte reagiert. Bei einem weiteren Versuch wurde ihm ein Endotoxin injiziert, das eine Entzündungsreaktion mit Fieber, Schüttelfrost und Kopfschmerzen hervorruft. Die Entzündung in Hofs Körper wurde anhand von Stresshormonen in seinem Blut gemessen. Peter Pickkers, einer der Autoren der Studie, sagte in einem Interview mit der Website *ScienceDaily*:

Nach der Verabreichung des Endotoxins war der Anstieg des Stresshormons Cortisol bei Hof wesentlich ausgeprägter als bei anderen gesunden Freiwilligen. Wir wissen, dass dieses Hormon als eine Reaktion auf eine erhöhte Aktivität des autonomen Nervensystems ausgeschüttet wird und eine Immunreaktion unter-

drückt. Entsprechend waren die Werte der Entzündungsmediatoren in Hofs Blut wesentlich niedriger. Hofs Immunreaktion war im Vergleich zu anderen gesunden Freiwilligen durchschnittlich um fünfzig Prozent vermindert. Außerdem wurden kaum grippe-ähnliche Symptome beobachtet. Diese Ergebnisse sind definitiv bemerkenswert.¹⁶⁰

Lichtnahrung

Bei Lichtnahrung oder Breatharianismus, der Qigong-Praktik *Bigu* und dem katholischen Charisma der Inedia geht es darum, ohne Essen gut zu leben. In extremeren Fällen wird auch behauptet, ohne Flüssigkeitszufuhr leben zu können. Dabei wird davon ausgegangen, dass der menschliche Körper Umgebungsenergie in Nahrung umwandeln kann und man durch Einüben dieser Fähigkeit über beliebige Zeiträume gut leben kann, ohne zu essen und möglicherweise auch ohne Wasser zu trinken. Im *Yoga-Sutra* in *Pada* III.30 wird dies als Befreiung von Hunger und Durst beschrieben.

Es widerspricht diametral solidem medizinischen Wissen, wonach der menschliche Körper etwa fünf Tage ohne Wasser und höchstens einige Wochen ohne Nahrung auskommen kann. Danach stirbt man. Infolgedessen und trotz Unmengen historischer Beispiele für Menschen, die jahrelang ohne Essen und zuweilen auch ohne Trinken ausgekommen sind, betrachten die meisten Ernährungswissenschaftler und Biochemiker solche Behauptungen als geradezu lächerlich unmöglich, und die Leute, die sie aufstellen – im Augenblick Dutzende bis Hunderte weltweit – leiden in ihren Augen unter Wahnvorstellungen. Bei einigen trifft das möglicherweise zu. Aber bei allen?

So wie ich die entsprechende Literatur lese, gibt es wohl zumindest zwei heutige Fälle, die einen nachdenklich stimmen können. Der erste betrifft den indischen Sadhu Prahlad Jani. Er schildert ein religiöses Erlebnis im Alter von elf Jahren, bei dem ihm die Hindu-Göttin Amba erschien und ihm sagte, er müsse von nun an keine Nahrung mehr zu sich nehmen. Seit Ende der 1970er Jahre soll er in einer Höhle leben und während des größ-

ten Teils seiner einundachtzig Lebensjahre nichts gegessen haben (Stand 2012).

Jani wurde 2003 und noch einmal 2010 von Dr. Sudhir Shah und seinem Team im Sterling Krankenhaus in der westindischen Stadt Ahmedabad getestet. Bei dem Test 2003 wurde Jani von Krankenhauspersonal und Videokamera zehn Tage lang rund um die Uhr überwacht. Die Testergebnisse schienen zu bestätigen, dass Jani nichts gegessen oder getrunken hatte, und in seiner körperlichen Konstitution waren keine drastischen Veränderungen zu beobachten. Beim zweiten Test, vom 22. April bis 6. Mai 2010, wurde Jani von einem fünfunddreißigköpfigen Forscherteam des *Indian Defense Institute of Physiology and Allied Sciences* und anderen Einrichtungen beobachtet.

Wieder wurden die Ergebnisse als verblüffend bezeichnet und an Janis körperlicher Verfassung keine schädlichen Auswirkungen beobachtet. Bisher wurde keiner dieser beiden Beobachtungstests in einer medizinischen Fachzeitschrift veröffentlicht, und natürlich haben die Studien auch Kritik hervorgerufen. Skeptiker erklärten, Jani sei es mithilfe seiner Anhänger vielleicht gelungen, der Überwachung durch das Klinikpersonal und die Videokameras zu entgehen, und er habe sehr wohl etwas gegessen oder getrunken.¹⁶¹ Das Krankenhaus versichert, er sei, wie berichtet, lückenlos überwacht worden. Auf jeden Fall hätte er sich im Falle, dass er heimlich etwas essen oder trinken wollte, auf die Toilette begeben müssen; und wieder bestätigt das Krankenhaus, er habe dies nicht getan. Insgesamt scheint es aufgrund der vorliegenden Belege tatsächlich so, dass Janis Behauptung mit einer bekannten Siddhi-Kraft übereinstimmt.

Der zweite Fall ist Michael Werner, promovierter Chemiker und Betriebsleiter eines Pharma-Forschungsinstituts in der Schweiz.¹⁶² In seinem 2005 erschienenen Buch *Leben durch Lichtnahrung* schildert er sein Interesse an einem einundzwanzigtägigen Prozess, den die australische spirituelle Lehrerin Jasmuheen entwickelt hat und der angeblich den Übergang vom Essen zum Nicht-Essen ermöglichen soll. Er versuchte es mit dieser Methode, fand den Prozess relativ einfach und behauptet nun, er nehme seit dem 1. Januar 2001 keine feste Nahrung mehr zu sich. Bei einem zehntägigen Beobachtungstest im Oktober 2004, auf der Intensivstation

eines Schweizer Krankenhauses, unterzog sich Werner einem ähnlichen Verfahren wie Prahlad Jani. Wie in Janis Fall sind auch diese Ergebnisse bis jetzt noch nicht veröffentlicht. Im Gegensatz zu Jani ist Werner westlich ausgebildeter Wissenschaftler und kennt die klassischen skeptischen Einwände sehr gut. Dennoch ist er bereit, an Experimenten teilzunehmen, um herauszufinden, was da vor sich geht.

Der kurioseste Aspekt der Lichtnahrungs-Tests ist die Auffälligkeit des behaupteten Phänomens bei zugleich fast völlig fehlendem Interesse der wissenschaftlichen Gemeinschaft. Wenn es möglich ist, ohne Nahrungsaufnahme gut zu leben, dann sollte sich dies doch leicht nachweisen lassen, und wenn es einer Überprüfung standhält, dann wären die wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Folgen enorm.

Eine Erklärung für das erstaunlicherweise fehlende Interesse lautet, dass die meisten etablierten Naturwissenschaftler und Medizinforscher diese Behauptung als so unwahrscheinlich betrachten, dass sie erst gar keine Zeit darauf verschwenden wollen. Eine andere ist, dass diejenigen, die das Phänomen untersucht haben, womöglich tatsächlich positive Ergebnisse entdeckt haben, aber wissen, wie die Wissenschaft auf »unmögliche« Behauptungen reagiert. Deshalb ist es unverfänglicher, wenn man positive Studien einfach heimlich, still und leise in der Versenkung verschwinden lässt.

Eine dritte Erklärung ist, dass die Studien an Jani und Werner tatsächlich nichts Ungewöhnliches ergeben haben. In diesem Fall wäre aber zu erwarten gewesen, dass sowohl das indische als auch das Schweizer Krankenhaus ihre negativen Erkenntnisse mit Freude veröffentlicht hätten, weil ihre Kompetenz dadurch in den Augen der etablierten Wissenschaft nur steigen würde. Aber auch dies ist nicht geschehen.

Hier gibt es eine Parallele zu Psi-Studien. In der wissenschaftlichen Gemeinschaft wird sozialer Druck ausgeübt, Ergebnisse zu veröffentlichen, die den herkömmlichen Überzeugungen und Erwartungen entsprechen, und es herrscht ein ebenso großer Druck, Ergebnisse zurückzuhalten, die als befremdlich oder fragwürdig aufgenommen werden könnten. Kritiker behaupten hingegen immer gern, wenn in einer bekannten, von Kollegen geprüften Fachzeitschrift ein robuster Psi-Effekt veröffentlicht würde, dann gäbe es einen Massenansturm an Wissenschaftlern, die Replikati-

onen durchführen wollen, denn wäre nicht alle Welt begeistert, wenn es Telepathie oder Hellsichtigkeit tatsächlich gäbe?

Das mag vernünftig klingen, außer dass solche Massenanstürme äußerst selten sind. Exakte Replikationen unerwarteter Behauptungen sind entscheidend wichtig, doch die Wissenschaft legt – insbesondere im akademischen Umfeld – mehr Wert auf die Entwicklung neuer Ideen als auf die Wiederholung alter Arbeiten, daher ist der Anreiz dazu eher gering. Außerdem zieht der Versuch, die Behauptungen eines anderen Wissenschaftlers exakt nachzuvollziehen, Zeit und Energie vom primären eigenen Interesse ab, und in jedem Fall gehen die meisten Wissenschaftler bei wirklich unerwarteten Effekten ohnehin davon aus, dass die Wiederholung nicht gelingen wird: Warum sich also überhaupt erst die Mühe machen?

Yoga, Psi und Wissenschaft

Wenn man untersuchen will, was die Laborwissenschaft über die Beziehungen zwischen Yoga und Psi herausbekommen hat, dann ist es zweckmäßig, die Literatur dazu nach Patanjalis achtfachem Pfad zu ordnen. Die Tabelle des transpersonalen Psychologen William Braud auf Seite 163 zeigt die wichtigsten Verbindungen.¹⁶³ Zu den ersten beiden Stufen des achtfachen Pfades, *Yama* und *Niyama* (die ethischen und Verhaltensdisziplinen im Yoga), wurde praktisch keine Psi-Forschung durchgeführt, daher wissen wir also nicht, ob die Entwicklung dieser Faktoren die Psi-Leistungen beeinflusst.

Für die nächsten beiden Stufen, *Asana* und *Pranayama* (Körperhaltungen und Atemkontrolle), gibt es einen kleinen Bestand an Untersuchungen zum Einfluss von Entspannung, Hypnose und physiologischen Zuständen auf die Psi-Leistung.^{164, 165} Die Literatur lässt darauf schließen, dass diese Praktiken die Psi-Leistung verbessern, und zwar wahrscheinlich aus demselben Grund, aus dem sie die meditative Praxis verbessern – sie reduzieren die »Gedankenstrudel«, die den Geist ablenken.

Für die fünfte Stufe, *Pratyahara* (Rückzug der Sinne), gibt es ausgedehnte Psi-Forschungsliteratur über Telepathie im Traumzustand und unter Ganzfeld-Bedingungen.¹⁶⁶ Dies ist der Bereich mit den stärksten histo-

rischen Verbindungen zwischen *Yoga-Sutra* und Psi-Forschung, da diese Studien tatsächlich mit dem Gedanken an *Pratyahara* durchgeführt,^{167,}¹⁶⁸ jedoch als physiologische Rauschunterdrückung, das heißt als Beruhigung des Nervensystems, formuliert wurden. In einem solchen Zustand glaubte man, dass schwache Psi-»Signale«, die ständig vorhanden sind, wahrnehmbar würden, wenn das Nervensystem aktiviert und zugleich die Sinne abgelenkt werden. Die Psi-Literatur untermauert die Auffassung, dass *Pratyahara* die Psi-Leistung verbessert.

Für die letzten drei Stufen, *Dharana*, *Dhyana* und *Samadhi*, gibt es einen bescheidenen Bestand an Untersuchungen, die sich darauf konzentrieren, ob verschiedene Formen der Meditationspraxis die Psi-Leistung verbessern.^{169, 170} Die Ergebnisse lassen darauf schließen, dass dem tatsächlich so ist.

PSI-Forschungsbereich	Yoga-Praxis
	Yama (abzulegendes Verhalten)
	Niyama (zu entwickelndes Verhalten)
Entspannung	Asana (Körperhaltungen)
Hypnose	Pranayama (Atemführung)
Physiologische Zustände	
Telepathie im Traum	Pratyahara (Zurücknehmen der Sinne)
Ganzfeld-Telepathie	
Visualisierung bei	
Hellsichtigkeit	Dharana (Konzentration)
Visualisierung in Hypnose	
Meditation	Dhyana (Meditation)
Versenkung	Samadhi (Versenkung)

Zusammenfassung

Kann man die Siddhis mit den Werkzeugen der Wissenschaft untersuchen? Ja, sofern die Phänomene äußeren Messungen zugänglich sind. Manche extremeren Siddhis – wie etwa die Fähigkeit, unbegrenzte Zeit nicht zu essen oder zu trinken – sind in einigen wenigen Fällen mit überzeugenden Ergebnissen getestet worden. Doch das wissenschaftliche Tabu, diese Phänomene ernst zu nehmen, begrenzt die Möglichkeit zur Durchführung solcher Studien. Deshalb gilt für die »großen« Siddhis überwiegend, dass ein Urteil noch aussteht. Dem ist nicht so, wenn die Siddhi-Kraft im Labor untersucht werden kann. Beginnen wir unseren Überblick über die kontrollierten Labor-Tests mit der ersten Siddhi-Kraft, die Patanjali nennt – Präkognition.