

KI UND YOGA-SŪTRA

Vom Ursprung der Welten

Die Welt, in der wir leben, entsteht in unserem Geist. Wie dies grundlegend geschieht, beschreibt Patañjali im Yoga-Sūtra. Moderne Quellen und Techniken wie die künstliche Intelligenz stellen uns dabei vor neue Herausforderungen.

Text: Dr. Dirk R. Glogau



»Now and then« ist der Titel des neuen Songs der Beatles, erschienen 2023. 53 Jahre nach der Trennung der Kultband sind John Lennon, George Harrison, Paul McCartney und Ringo Starr gemeinsam zu hören. Dabei wurde John Lennon 1980 ermordet und George Harrison verstarb 2001 an Krebs. Möglich wurde der gemeinsame Auftritt der Beatles mit einem bis dahin unveröffentlichten Song durch den Einsatz von künstlicher Intelligenz, kurz KI. Als wichtigstes »Basismaterial« genügte dafür eine Musikkassette mit einer qualitativ schlechten Demo-Aufnahme aus den späten 1970er Jahren.

Dass es sich bei diesem späten Beatles-Song um ein Hightech-Produkt und nicht um eine »wirkliche« Aufnahme einer Band handelt, war von Anfang an klar. Trotzdem reichte es aus, um die Spitze der Single-Charts in Deutschland und Großbritannien innerhalb kurzer Zeit zu erreichen. – Ein populäres Beispiel dafür, was mit der KI-Technik heute bereits machbar ist. Mit Hilfe der KI ist es möglich, nicht nur Musik, sondern auch Texte, Bilder, Videos oder Audios zu erzeugen. Es genügen wenige Daten oder Aufzeichnungen als Ausgangsmaterial, um beispielsweise einen Politiker in Audio und Video eine Rede halten zu lassen, die er inhaltlich so niemals vertreten und somit auch nicht halten würde. – In einer Qualität, die von einem »Original« nicht zu unterscheiden ist.

Die Wirklichkeit in unserem Kopf

Sogenannte Alternative Fakten, Fake News, Gerüchte, Verschwörungstheorien, gefälschte Text- und Bildquellen ... – Im Zeitalter von Internet, Social Media und der Künstlichen Intelligenz wird die Welt mit allen möglichen »Informationen« geflutet, die oft eindeutig falsch und zuweilen bis oft auch bewusst gefälscht sind. Eindeutig Falsches von plausiblen und angemessenen Fakten zu unterscheiden, wird dabei immer anspruchsvoller. Hinzu kommt, dass wir emotional beteiligt sind: Wir möchten glauben, was uns angenehm ist und in unser Weltbild passt. Und so ein Weltbild ist uns umso sympathischer, je

einfacher und polarisierender es ist. Dann wissen wir vermeintlich, was richtig und was falsch ist und wer die Guten und wer die Bösen sind. Dabei »helfen« uns oft fragwürdige »Quellen« wie Social Media-, Tiktok- und Youtube-Beiträge und oft auch sogenannte Blogger oder Influencer – deutsch »Beeinflusser« –, deren Ziele nicht immer im Bereich der seriösen Information liegen und die oft auch fachlich nicht dafür qualifiziert sind.

Doch beginnen wir mit einem Blick ins Yoga-Sūtra. Patañjali gibt uns einige Hinweise, wie wir mit Wahrnehmungen und Erkenntnissen und deren ethischen wie auch praktischen Bewertung umgehen können. Moderne Aspekte wie Konsensfähigkeit, journalistische Standards und Medienkompetenz können die Ideen des Yoga-Sūtra hier weiter ausführen. »Dass ich erkenne, was die Welt im Innersten zusammenhält.« – So formuliert Goethe das Streben Fausts nach Erkenntnis. Das Streben nach Erkenntnis der Wahrheit ist uns allen wahrscheinlich ein ganz zentrales Bedürfnis und Anliegen. Und wenn wir dann der Ansicht sind, im Besitz der Wahrheit zu sein, fühlen wir uns nicht nur anderen Menschen gegenüber überlegen, wir sind auch bereit, »unsere Wahrheit« zu verteidigen, allen Quellen, die uns bestätigen, zu glauben und widersprüchliche Informationsquellen zu verurteilen, abzulehnen und zu bekämpfen.

Es gibt aus der Perspektive von Konstruktivismus und Systemtheorie keine absolute, sondern nur relative Wirklichkeiten der einzelnen Lebewesen. Kurzum: Die Welt, in der wir leben, existiert ausschließlich in unserem kognitiven System, also je nach Perspektive in unserem Gehirn oder Geist. Wirklichkeit ist eine Konstruktion, die durch Kommunikation entsteht, also durch die Interaktion mit unserer Umwelt, bei der wir aber keine Informationen, sondern nur Sinnesreize von außen aufzunehmen vermögen. Die Wirklichkeit in unserem Kopf kann dabei nützlich sein und »funktionieren«, sie kann aber auch »krachend« scheitern. Wir können also lediglich feststellen, ob das Modell der Welt in unserem

Kopf angemessen funktioniert – oder eben nicht.

Avidyā – Wir unterliegen Täuschungen

Wie das Abbild der Welt in unserem Geist entsteht, erläutert Patañjali in Yoga-Sūtra 1.5 ff. Er zählt hier fünf Aktivitäten oder Bewegungen unseres Geistes chitta, die chitta-vritti, auf. Dies sind die angemessene Wahrnehmung/Erkenntnis/Vorstellung, die falsche Wahrnehmung/Täuschung, die Vorstellungskraft/Imagination, die Erinnerung/das Gedächtnis und der Tiefschlaf. Angemessene Wahrnehmung/Erkenntnis/Vorstellung kann dabei auf sinnlicher Wahrnehmung, Schlussfolgerungen/Überlegungen oder traditionellen Lehren, besser wohl zuverlässigen Quellen beruhen. Letztere sind im alten Indien die überlieferten und anerkannten Texte/Schriften und die – eigenen – Lehrer. Dass Patañjali hier auch zuverlässige Quellen, zu denen traditionell natürlich die als göttliche Offenbarungen zählenden Veden gehören, zählt, machte es auch möglich, dass Yoga als darshana Teil der brahmanischen Tradition werden konnte. Denn die Anerkennung der Veden gilt hierfür als unverzichtbare Voraussetzung.

Nach dem Yoga-Sūtra entsteht also unsere Welt durch die chitta-vritti. Die so entstehende Welt kann »passen« oder früher oder später erkennbar falsch sein. Diese Bewegungen des Geistes können unangenehm/schmerzhaft/leidvoll oder angenehm/nicht beeinträchtigt/nicht leidvoll sein. Sie gehen also mit einer emotionalen Bewertung einher, die wir unmittelbar mit ihnen verbinden. Dass sich angemessene und falsche Wahrnehmung quasi gleichberechtigt gegenüber stehen, macht es grundsätzlich nicht einfach, zwischen Täuschung und angemessenem Wissen zu unterscheiden. Kommt dann noch eine – oft wohl kaum unvermeidbare – emotionale Bewertung hinzu, wird es für uns selbst schwierig festzustellen, welcher Art unser Wissen gerade ist. Da ist doch eine angenehme Täuschung attraktiver als ein unangenehmes, aber passendes Wissen.

Mit dem System der klesha führt Patañjali diese Ideen zur Funktion unseres Geistes im zweiten Kapitel des Yoga-Sūtra fort. Avidyā, wörtlich die Unwissenheit, bildet hier die grundlegende Struktur. Wir haben falsches Wissen über die Welt, sind aber davon überzeugt, richtiges Wissen zu besitzen. Kurz: wir unterliegen Täuschungen. Die manifestieren sich in falscher Identifikation, Verlangen, Ablehnung und Angst und sind nach Patañjali die Ursache für dukkha, Leid, Unwohlsein oder Stress.

Virtuelle Welten, bewusste Täuschungen

An unseren grundsätzlichen Möglichkeiten, Erkenntnisse über diese Welt zu gewinnen, hat sich seit Patañjali nichts geändert. Wohl aber an unseren Möglichkeiten, diese »Kanäle« zu nutzen. So ist der mögliche Horizont für persönliche, sinnliche Wahrnehmungen und Erfahrungen deutlich größer geworden. Viele von uns bereisen »fremde« Länder – in Yoga-Kreisen natürlich insbesondere Indien – und erfahren diese für uns fremden Lebenswelten. Dabei machen wir oft auch die Erfahrung, dass das persönlich Erlebte nicht unbedingt mit den Erwartungen übereinstimmt, die wir auf Grund von Vorinformationen durch Medien haben.

Ganz wesentliche Quellen für die Bildung unseres Bilds der Wirklichkeit waren und sind sicherlich auch heute über die eigene Erfahrung hinaus Quellen, die wir nutzen. Das Sanskrit-Wort āgama können wir mit Überlieferung, authentisches Zeugnis oder auch zuverlässige Quellen übersetzen. Im alten Indien sind die traditionellen Quellen eher übersichtlich, auch wenn schon zu Zeiten Patañjalis mit den Veden und den darin enthaltenen Upanishaden ein umfangreicher Kanon an etablierten Texten bekannt war. Jüngere Texte wie das Yoga-Sūtra selbst, die Gītā, die zahlreichen Kommentare, Tantras, Hatha-Yoga-Schriften oder Purānas ergänzen diese Literatur.

Heute, im Zeitalter von Internet und sozialen Medien, ist der Umfang des »Wissens« schier unendlich geworden. Online

kann quasi jede/r alles publizieren und kommunizieren, ohne dass eine Redaktion, ein Lektorat oder welche andere professionelle Institution auch immer prüft und auswählt. So fantastisch diese Freiheit auch ist, sie führt auch dazu, dass Informationen in Text, Bild, Ton oder Video ohne Prüfung und Auswahl inflationär die Medien fluten. Und viele »Informationen« spiegeln nicht nur die Weltsicht der UrheberInnen wider. Sie sind auch durch persönliche, politische oder wirtschaftliche Interessen gefärbt. Hier gibt es zwischen der »gefärbten Wahrnehmung« und der bewussten Lüge einen fließenden Übergang.

Lügen sind sicherlich so alt wie die menschliche Kommunikation überhaupt und kommen – je nach Interpretation – durchaus auch schon bei einigen Tierarten vor. Das Lügen kommt dann auch in Form des zweiten yama satya vor. Patañjali rät hier im Sūtra 2.36 zur Wahrhaftigkeit, also dem Nichtlügen. Wie auch sonst im Yoga-Sūtra folgen hier keine langen Ausführungen, aber als zweites yama kommt satya schon eine wichtige Stellung im System des Yoga zu. Es gibt also nicht nur die in uns selbst angelegte Tendenz, uns selbst zu täuschen, sondern auch die Möglichkeit, auf bewusste Täuschungen anderer hineinzufallen. – Lügen kann man heute nicht nur in Worten, sondern auch mit Texten, Bildern, Audios oder Videos. Und diese Quellen für unsere Welterkenntnis begegnen uns in Zeiten von KI in immer perfekterer Qualität. In virtuellen Welten entstehen »alternative Fakten«, Desinformation bis hin zur groß angelegten Geschichtsfälschung werden verbreitet.

Wie können wir nun Täuschungen vermeiden und uns vor Lügen schützen? Ein erster Schritt ist sicherlich, sich immer bewusst zu machen, dass wir niemals gänzlich ausschließen können, dass wir gerade mitten in avidyā stecken. Und dass unser Weltbild immer nur eine Annäherung an diese Welt »da draußen« sein kann, quasi den Status einer nützlichen Wanderkarte dieser Welt hat. Dann können wir in uns hineinhorchen und uns die Frage stellen, ob unsere klesha gerade aktiv sind und

unsere Weltwahrnehmung – auch und gerade emotional – beherrschen. Sind Identifikation, Verlangen, Ablehnung und/oder Angst dominant und bestimmen sie den Zustand unseres Geistes?

Die Unterscheidungsfähigkeit stärken

Nach Patañjali gilt es, die klesha, die ja Ursache von Leid und Unwohlsein – dukkha – sind, klein zu halten und viveka, die Unterscheidungsfähigkeit, zu stärken. Viveka bedeutet, aus einem geklärten Geist heraus die Dinge zu betrachten, ohne eben durch diese »Färbungen des Geistes« beeinträchtigt zu sein. Hierzu befähigen uns die acht Glieder des Yoga in ihrer konzentrierten Wirkung, die Patañjali im Yoga-Sūtra beschreibt. Grundvoraussetzung hierfür ist sicherlich die Achtsamkeit – einfach wahrnehmen zu können was ist, ohne emotional zu bewerten.

Wichtig ist es auch, die Quellen unserer Informationen zu betrachten und zu prüfen. Der größte Teil unseres Weltwissens basiert heute wohl nicht auf sinnlicher Wahrnehmung oder eigenen logischen Schlüssen, sondern auf Quellen, die wir nutzen. Hier stellt sich sicherlich mehr denn je die Frage nach der Zuverlässigkeit eben dieser Quellen. Für Journalismus und Wissenschaft gelten diesbezüglich klare Qualitätskriterien, die in der Regel auch in der professionellen Umsetzung eingehalten werden. Nicht ohne Grund begleitet beispielsweise Teile der Nachrichten zuweilen der Hinweis, dass eine unabhängige Prüfung nicht möglich war, wie dies immer wieder beispielsweise bei der aktuellen Kriegsberichterstattung vorkommt. Viele Informationen, die kursieren und über Internet und soziale Medien verbreitet werden, erfüllen solche Qualitätskriterien aber nicht und sind teils von persönlichen, finanziellen oder politischen Interessen getragen. Hier ist eine umfassende Medienkompetenz so wichtig wie wohl noch nie zuvor.

Patañjali gibt uns in Yoga-Sūtra 2.33 in Bezug auf die Anwendung der yama und niyama den Hinweis, dass wir uns auf die

Gegenposition fokussieren sollen. Es geht darum, Wahrgenommenes und Informationen aus einem klaren Geist heraus zu betrachten, aus den verschiedenen Perspektiven zu sehen und gründlich zu prüfen. Wir sind seitens des Yoga dazu aufgerufen, abzuwägen, zu prüfen, uns ein möglichst stimmiges, konsensfähiges Bild der Welt zu machen und dann angemessen aus einem klaren Geist heraus zu handeln. Denn Yoga ist Freiheit und Verantwortung.

Hören wir einen Song, den eine Band singt, deren Mitglieder zum Teil schon vor Jahrzehnten verstorben sind, kann es dafür die verschiedensten Erklärungen geben. Im Fall der Beatles mit »Now and then« haben die »Macher« der Tonaufnahme klar kommuniziert, wie der Song entstanden ist und dass sie dafür ein altes Tape und modernste Computertechnik genutzt haben. Sie hätten auch anders vorgehen können und beispielsweise behaupten können, eine metaphysische Verbindung mit dem Jenseits genutzt zu haben. Erfahrbare Fakt ist der Song. Welche Erklärung für seine Entstehung wir annehmen möchten, ist unsere Entscheidung. – Aber die ist nicht beliebig.

Literatur

- Chapple, Christopher; Viraj, Yogi Ananda:** The Yoga Sūtras of Patañjali. Delhi: Sri Satguru Publications 1990
- Schmidt, Siegfried J.:** Der Diskurs des Radikalen Konstruktivismus. Berlin: Suhrkamp 2019
- Maturana, Humberto R.; Varela, Francisco J.:** Der Baum der Erkenntnis. München: Goldmann 1990
- Sriram, R.:** Patanjali – Das Yogasutra. Theosus 2013
- Desikachar, T. K. V.:** Über Freiheit und Meditation. Petersberg: Via Nova 2023
- Watzlawick, Paul:** Wie wirklich ist die Wirklichkeit? München: Piper Verlag 2018
- Watzlawick, Paul; Beavin, Janet H.; Jackson, Don D.:** Menschliche Kommunikation. Bern; Stuttgart; Toronto: Verlag Hans Huber 1985
- Palm, Reinhard (Hg.):** Der Yogaleitfaden des Patanjali. Stuttgart: Reclam 2010

»Now and Then« – Das ist der neue Beatles-Song aus dem Jahr 2023. Link: www.rockantenne.de/rockwissen/musik-news/now-and-then-das-ist-der-neue-beatles-song-aus-dem-jahr-2023 – abgerufen am 12.12.2023



© Foto: fotomaximum / Adobe Stock

DIRK R. GLOGAU

Yogalehrer BDY/EYU, Dr. phil., Leiter der »Yoga-schule Oberösterreich«, Mitglied im Vorstand von Yoga Austria – BYO, Leiter des »Yoga Zentrum Bayerwald«.

www.yoga.at, yogeschule-oberoesterreich.at, www.yoga-bayerwald.de