

maṇḍūkāsana

maṇḍūkāsana TTP (das) Haltung des Frosches.

M

Literaturverzeichnis

Verzeichnis der Bücher, aus denen die aufgeführten Glossare entnommen worden sind:

| Abkürzung | Buchtitel |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| IY | B.K.S Iyengar: »Licht auf Yoga« O.W. Barth Verlag, 6. Auflage, München 1990 |
| IE | B.K.S Iyengar: »Licht auf Pranayama« O.W. Barth Verlag, 1. Auflage, München 1984 |
| TA | Taimni: »Die Wissenschaft des Yoga« F. Hirshammer Verlag, 1982 |
| PA | Despande: »Die Wurzeln des Yoga« O.W. Barth Verlag, 2. Auflage, München 1977 |
| IG | B.K.S Iyengar: »Der Baum des Yoga« O.W. Barth Verlag, 1. Auflage, München 1991 |
| HW | Hartmut Weiß: »Die Quellen des Yoga« O.W. Barth Verlag, 1. Auflage, München 1986 |
| RL | Roquo Lobo: »Sensibilitätstraining für Erwachsene« Huber-Holzmann-Verlag, 1. Auflage, 1978 |
| VD | Vishnu Devananda: »Meditation und Mantras« Hugendubel Verlag/Kailash Buch, 1986 |
| HB | BDY: »Der Weg des Yoga«: Verlag Via Nova, 1991 |
| TTP | Boris Tatzky, Anna Trökes, Jutta Pinter-Neise: »Theorie und Praxis des Hatha-Yoga« Verlag Via Nova, 1995 |
| CF | Dr. Christian Fuchs: Korrektur, wörtliche Übersetzung des Sanskrit-Begriffes oder Erläuterung. |
| MA | Marcos Albino: Korrektur, wörtliche Übersetzung des Sanskrit-Begriffes oder Erläuterung. |

Aussprache-Hinweise

Entnommen aus dem Glossar des Buches
»BDY: Der Weg des Yoga – Handbuch für Übende und Lehrende, 1991«

| Laute | Aussprache |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| a, i, u | kurze Vokale (wie Blatt , Witz und kurz) |
| ā, ī, ū, e, ai, o, au | (deutlich) lange Vokale (wie Bād , Sieg , Mut , Beet , Lai e, Boo t und Mau l). |
| ṛ | vokalisches r (mit kurzem i-Nachklang). |
| kh, gh | gutturale Konsonanten (in der Kehle gesprochen, mit deutlichem Hauch). |
| ṅ | gutturales n (wie Klang). |
| c, j | palatale Konsonanten; c wie tsch , j wie dsch . |
| ch, jh | dto. (mit deutlichem Hauch). |
| ñ | palatales n (wie Banjo). |
| ṭ, ḍ | cerebrale Konsonanten (mit zurückgebogener Zunge). |
| ṭh, ḍh | dto. (mit deutlichem Hauch). |
| ṇ | cerebrales n (wie An teil) |
| t, d | dentale Konsonanten (ganz vorne an den Zähnen). |
| th, dh | dto. (mit deutlichem Hauch). |
| ph, bh | labiale Konsonanten (vorne an den Lippen, mit Hauch) |
| y, v | y wie j , v wie w . |
| ś, ṣ | heller und dunkler Zischlaut (wie Schi ene und Schu h). |
| ṁ | (Anusvarā-)Nasal (etwas durch die Nase). |
| ḥ | Visarga; Hauchlaut mit Nachklang des vorausgehenden Vokals (pādaḥ = pādaha; śāntiḥ = śāntiḥ). |

Hinweise:

- Wenn der Begriff auf der nächsten Seite fortgesetzt wird, ist er auf der neuen Seite nochmals in **Fett-Druck** wiederholt.
- Korrigierte Sanskritbegriffe sind **fett** gedruckt,
- nicht korrigierte Sanskritbegriffe oder nicht eindeutig von der Schreibweise zuordenbare sind *kursiv* gedruckt.