



^ König Prithu erscheint aus der Asche eines schrecklichen Despoten.  
Von ihm kann man die Balance lernen zwischen Ich-Sucht und Selbstaufopferung.

677

# Miteinander

**Es gibt Zeiten, in denen wir uns selbst schützen müssen. Und Zeiten, in denen wir sehr viel zu geben haben...**

Von Ralf Sturm

Im Yoga ist es – jedenfalls in unserer westlichen Hemisphäre – mittlerweile eine Art Kult geworden, gut auf sich selbst zu achten. Dabei stehen sich zwei Schulen gegenüber. Es gibt den traditionelleren und indisch orientierten Ansatz, in dem Selbstaufgabe als „Karma Yoga“ gepriesen wird. Und es gibt die postmoderne Schule, in der die Selbstschau groß geschrieben wird und in der man ständig Angst hat, zu viel von sich selbst zu verlangen oder zu geben. Dieser Grundkonflikt ist natürlich nicht auf Yoga beschränkt. Wann sollen wir freien Herzens viel von uns verschenken, und wann ist es Zeit sich zurückzuziehen? Mit dieser Frage haben wir immer wieder zu tun.

In der Shrimad Bhagavatam gibt es die Geschichte von König Prithu und der Erdgöttin Bhumi: Einst herrschte ein König namens Vena, der so groß wie die Götter sein wollte und Land und Leute ausbeutete, weswegen er schließlich – von den Weisen verflucht – ein böses Ende nahm. Seiner Asche entstieg zunächst ein dämonischer kleiner Zwerg. Die Weisen schickten ihn in den Wald und wandten sich wieder der Einäscherungszeremonie zu. Da erschien plötzlich die schöne und kraftvolle Gestalt von König Prithu. Er wurde als Inkarnation von Vishnu – dem Erhalter – angesehen und dazu erkoren, das Königreich ehrbar zu regieren. Die Zeit verging und das Volk freute sich sehr über den milden, gütigen König. Aber etwas Unheimliches war im Gange: Schließlich kamen die Untertanen zum König und klagten: „Herr, obwohl wir säen und säen, bringen unsere Felder keine Früchte mehr hervor. Wir werden alle des Hungers sterben.“

König Prithu wurde zornig und machte sich auf den Weg zur Göttin der Erde. Diese verwandelte sich in eine Kuh, und floh vor Prithu ins Weltall, wo er sie zwischen Himmel und Erde einfing. Er hob seine Waffen und rief: „Du lässt mein Volk verhungern. Was für eine Mutter bist du, dass du dich nicht um deine Kinder kümmerst? Ich sehe

keinen anderen Weg als dich zu töten, um meine Untertanen mit deinem Fleisch zu füttern.“ Zitternd erwiderte Bhumi: „Ich hatte mich vor der Grausamkeit deines Vorgängers versteckt, der alles für sich haben wollte. Wenn du mich tötest, werde ich deinen Untertanen danach gar nichts mehr geben können. Wenn du aber versprichst, mich davor zu schützen, dass mir zu viel genommen wird, dann will ich dir und den deinen Milch geben, wann immer ihr braucht.“

In der Geschichte von König Prithu steckt auch eine Antwort auf die obige Frage: Wenn wir uns dafür entscheiden, die Menschen um uns herum nur um das zu bitten, was wir wirklich brauchen, dann müssen wir auch weniger Angst davor haben, zu kurz zu kommen. Wir sehen in ihnen ja vor allem das, was auch in uns selber ist. Natürlich gibt es auch Könige wie Vena, die nur an sich selbst denken und von denen wir uns am besten fernhalten sollten – ob als Liebhaber, als Lehrer oder als Chef. Aber es ist etwas zu einfach, sich immer damit zu entschuldigen, dass andere uns ans Leder wollten. Manchmal ist es an der Zeit, sich zusammenzureißen und an die Arbeit zu gehen. Zeit, auch Verantwortung für andere zu übernehmen. Spätestens wenn wir Eltern werden, lernen das die meisten. Wohl den Kindern, die Mütter und Väter haben, die sich nicht aus ihrer Verantwortung stehlen, aus welchen Gründen und in welcher Form auch immer. Diese Kinder können zu Liebenden werden, die bereit sind, auch Feuerproben durchzustehen. Sie gehen so achtungsvoll miteinander um wie König Prithu und Mutter Erde, nämlich im wahrsten Sinne des Wortes „miteinander“. //



RALF STURM leitet mit Katharina Middendorf die Yogalehrer-Ausbildung zum „Teacher of Stillness“. Gemeinsam führen sie eine Praxis für Yogatherapie und Paarberatung in Berlin. Ihre nächste Indienreise führt vom 19.3. bis 2.4.2016 nach Rishikesh.

[www.nivata.de](http://www.nivata.de)