

Die Gefahren des Helfens und der Geist des Dienens

Die Bearbeitung des Kapitels der „Selbstlosen Arbeit“ hat sich als sehr vielschichtig erwiesen und mit viel Potenzial für Missverständnisse. Daher nun der Versuch – gerade was unsere Vorstellung des Helfens anbelangt – anhand von Zitaten bedeutender Persönlichkeiten etwas mehr Klarheit darüber zu verschaffen.

Meine ganze Zeit wird von allen in Anspruch genommen, und bei den Schwestern ist es das gleiche. Sie arbeiten ohne Unterlass für die Kranken oder für die Kinder und haben wirklich keine Zeit zum Schreiben. Sagt bitte den leidenden Schwestern, dass sie nicht traurig sein sollen, wenn sie keine Briefe bekommen, denn ich bin mit Arbeit überhäuft. (Geistliche Texte, Matthias-Gründwald-Verlag, Mainz)

Mutter Teresa

Mutter Teresa ist vielleicht das beste Beispiel für eine Dienende. Sie und ihre Schwestern hatten kaum Zeit für private, stille Andacht, und so wurde die Arbeit selbst zu ihrer täglichen religiösen Praxis.

Der Kern dieser geschäftigen Art, Religion auszuüben, bildet das Arbeiten aus nackter Konzentration, in der die Vorstellung, dass ich selbst es bin, der dies oder jenes tut, mit einem zu erreichenden Ziel, auf das ich aus bin, und einem persönlichen Vorteil, der mir daraus erwächst, nicht vorhanden ist. Selbst die kleinlichen Gedanken, die darum kreisen, für den Körper Sorge tragen zu müssen, finden in einer solch ganzheitlich absorbierenden Tätigkeit keinen Platz.

Natürlich „helfen“ die Missionarinnen der Nächstenliebe den Menschen, verbessern die Situation der Kranken, Obdachlosen, der Kinder und Sterbenden, und geben ihnen ein Gefühl des Angenommenseins und der Geborgenheit. Aber – gerade weil sie genau das am wenigsten beabsichtigen – werden die Auswirkungen ihres Handelns den Schwestern selbst am meisten zuteil. Durch ihre Selbstlosigkeit merzen sie ihre Selbstsucht aus – ihre Taten verändern sie. Diese intuitiv vielleicht richtig anmutende Behauptung wird durch folgende Aussage eines indischen Mönchs genauer erklärt:

Im Allgemeinen neigen wir dazu, Arbeit als Mittel zu sehen, um in der Außenwelt etwas zu erreichen. Nur selten sehen wir sie als Mittel zur Bewusstseinsumwandlung, und doch ist gerade diese Umwandlung das Hauptziel des Arbeits-Weges. Die übliche Meinung, dieser Weg sei nur da, um der Welt Gutes zu erweisen, ist nicht ganz richtig. Denn der Welt kann man auf verschiedene Weise und aus verschiedenen Gründen Gutes tun. Unser Tun wird nur dann zum Arbeits-Weg, wenn wir daraus eine Technik zur Bewusstseinsveränderung machen. Das heißt, dass wir sogar Handlungen, die wir zum eigenen Wohle verrichten, wie essen, sich kleiden und reinigen usw. im Sinne des Arbeits-Weges tun können. Entscheidend für den Arbeits-Weg ist nicht, was wir tun, wichtig ist, wie die Arbeit unser Bewusstsein verändert.

(Das Ego und das wahre Selbst, Vedanta-Zentrum, Wiesbaden)

Swami Bhajananda

Der Satz „Denn der Welt kann man auf verschiedene Weise und aus verschiedenen Gründen Gutes tun“ weist auf zwei wichtige Aspekte hin: Einerseits, dass wirkliches Helfen eine große Kunst ist und ein sehr hohes Maß an Verständnis und Einsicht erfordert (im Extremfall kann die Hilfe genau darin bestehen, nicht zu helfen). Andererseits wird eine Anspielung darauf gemacht, dass die Beweggründe unseres scheinbar altruistischen Handelns nicht immer rein sind (der Text „[Sicht selber prüfen](#)“ beleuchtet die versteckten Fallstricke des Egos näher). Vorweg muss jedoch gesagt werden, dass eigentlich nur von einem vollständig geläuterten Menschen auch vollkommen lautere Taten ausgehen können. Das heißt, es besteht eine gewisse Wahrscheinlichkeit, dass unsere Handlungen zu Beginn – wenn auch subtil – zumeist von selbstsüchtigen Motiven angetrieben sind.

Aus diesen beiden Gründen – der Schwierigkeit des Helfens an sich und unserer eigenen Ichbezogenheit – erscheint es ratsam, die Vorstellung eines „ich helfe“ nicht weiter zu bekräftigen. Natürlich ist Helfen dennoch objektiv möglich. Der buddhistische Mönch Thich Nhat Hanh schreibt dazu:

*Es gibt drei Arten von Geschenken – das Geschenk in Form von materiellen Gütern; das Geschenk, den anderen dabei zu helfen, sich auf sich selbst zu verlassen; und das Geschenk von Furchtlosigkeit. Menschen dabei behilflich zu sein, nicht von Ängsten zerstört zu werden, ist das größte Geschenk von allen.
(Touching Peace, Parallax Press, CA)*

In unserer Art zu handeln können wir schlichtweg ausmachen, welches Werk momentan notwendig ist, und es dann tun. Eine solche innere Haltung, dass mit dem eigenen Einsatz lediglich den gegebenen Umständen Genüge getan wird, lässt alle Fallstricke der Ichbezogenheit ins Leere laufen. So drückt es auch Christus aus, wenn er uns die gleiche Einstellung wie dem Knecht empfiehlt: „Wir haben getan, was wir zu tun schuldig waren.“ (Lk 17,7)

Es mag noch einen weiteren Punkt in Bezug auf unseren Drang zur Arbeit geben, der einer Klarstellung bedarf. Oftmals ist es ein intellektueller Idealismus, ein Geist der „Weltverbesserung“, der uns antreibt. Es geht uns darum, Menschen, die Gesellschaft, Umweltbedingungen etc. einer von uns erdachten, höheren Vorstellung anzugleichen. Natürlich ist es sehr wichtig, Ideale zu haben und deren Verwirklichung anzustreben, nur sollten diese Ideale gleichzeitig realistisch sein. Wir müssen uns eingestehen, dass der von uns ersehnte Idealzustand der Welt nicht ihrer eigentlichen Natur entspricht. Erfahrungen auf der höchsten spirituellen Ebene (siehe auch unter [gleichnamigem Kapitel](#)) zeigen, dass auf dieser Stufe nicht mehr die Welt, sondern nur noch die eine Wirklichkeit genannt Gott, Selbst oder Bewusstsein, wahrgenommen wird. Heilige, die wirklich Gott erfahren, „vergessen“ in ihrem (ekstatischen) Zustand im Gegenzug diese Welt, und damit natürlich jede intellektuelle Vorstellung von ihr. Sie bleibt für uns nur existent, solange in uns die Vorstellung eines eigenständigen „Ich“ vorhanden ist. Dieses „Ich“ ist der Grundstein für Vielheit, Verschiedenheit, Andersartigkeit – diese Vorstellung des „Ich“ ist die Wurzel unserer Wahrnehmung dieser Welt. Wenn diese Welt, die wir verändern wollen, nur durch das „Ich“ Bestand hat, dann werden auch dessen Auswüchse wie Gier, Angst, Unzufriedenheit usw. immer darin bestehen bleiben. Das hat zur Folge, dass es zum Beispiel immer Starke und Schwache geben wird, Reiche und Arme, und noch vielmehr, der Starke wird den Schwachen unterdrücken, und der Reiche auf Kosten des Armen leben... Schweren Herzens kommen wir nicht umhin zu akzeptieren, dass die Hoffnung, diese Welt auf ein höheres Ideal hin formen zu können, größtenteils unerfüllt bleiben muss. Aus diesem Grund sagt Swami Vivekananda:

Du kannst der Welt nicht helfen, überwinde sie!

Der Widerspruch zwischen der Überwindung der Welt und der selbstlosen Arbeit in der Welt ist somit nur scheinbar! Es ist wahr, wir können der Welt nicht helfen, weil unsere Vorstellung von Vollkommenheit gar nicht in ihrer Natur liegt. Aber wir können uns selbst zur Vollkommenheit verhelfen, indem wir an der Welt selbstlose Arbeit verrichten. Die Erzählung vom Altvater Agathon will dahingehend verstanden werden:

Er kam einmal in die Stadt, um Ware zu verkaufen. Da fand er einen Fremden, der auf die Straße geworfen war. Er war ohne alle Kraft, und niemand nahm sich seiner an. So blieb denn der Greis bei ihm, suchte für ihn eine Mietwohnung und bezahlte von seiner Handarbeit die Miete, und den Rest verwendete er für den Bedarf des Kranken. Vier Monate blieb er bei ihm, bis der Kranke gesund war. Dann kehrte der Alte in sein Kellion zurück, in Frieden.

(Sartory, Lebenshilfe aus der Wüste, Herder-Verlag, Freiburg)

Der Altvater handelte an dem Verstoßenen seiner Natur gemäß mitfühlend, und Friede wurde ihm zuteil. Zu dem gleichen Schluss, dass auf das Dienen der Friede folgt, kommt Mutter Teresa:

Die Frucht der Stille ist das Gebet.

Die Frucht des Gebets ist der Glaube.

Die Frucht des Glaubens ist die Liebe.

Die Frucht der Liebe ist das Dienen.

Die Frucht des Dienens ist der Friede.

(Lucinda Vardey, Der einfache Weg, Hoffmann und Campe, Hamburg)

Warum fühlte sich der Altvater, nachdem er dem Fremden geholfen hatte, in Frieden? Man kann davon ausgehen, dass er sich weder etwas auf seine edle Tat eingebildet hat, noch dass er sich freut, weil er in Zukunft von dem Fremden oder gar von Gott etwas als Gegenleistung erwarten darf. Ebenso besteht die persönliche Genugtuung Mutter Teresas wohl nicht in der Verbesserung der Welt oder in der pflichtgemäßen Umsetzung der Heiligen Schrift. Dieser Friede entspringt aus einer universalen Gesetzmäßigkeit, aus einem Gefühl der Verbundenheit mit allem, was ist. Um das auszudrücken und den Unterschied zwischen einem ichbezogenen Helfen und einem selbstlosen Dienen noch einmal deutlich zu machen, kann uns zuletzt das Zitat von Swami Ashokananda hilfreich sein:

Unser Helfen entspringt aus der Liebe und dem Mitgefühl auf der gewöhnlichen Ebene. Aber wenn unser Mitgefühl durch beständiges Üben von seinen irdischen Maken gereinigt ist, wenn wir gelernt haben, die leidende Menschheit ausschließlich als Gott in verschiedenen Formen anzusehen, dann wird uns klar, dass unser Gewahrsein des Göttlichen in den menschlichen Wesen der eigentliche Beweggrund des Dienens ist, und dieses Dienen wird zu einem mächtigen Mittel der Gotteserkenntnis: das ist die Lehre vom Dienen.

(Call to the Eternal, Advaita Ashrama, Kalkutta)