

Tanis Helliwell
Mit der Seele arbeiten

Tanis Helliwell

MIT DER
SEELE
ARBEITEN



WIE WIR IM BERUF
PERSÖNLICHKEIT UND SEELE
»UNTER EINEN HUT«
BRINGEN

NEUE  ERDE

*Dieses Buch ist
allen Menschen zugeeignet,
die sich der Aufgabe widmen,
eine heile Welt zu schaffen.*

1. Auflage 2010

Tanis Helliwell
Mit der Seele arbeiten

Copyright © 1999 by Tanis Helliwell, original form published by Random House
Canada. Totally revised edition Copyright © 2010 by Tanis Helliwell
Titel im Original: *Take Your Soul to Work*
Das Werk wurde für die deutsche Ausgabe durchgesehen und gekürzt.

Übersetzt aus dem kanadischen Englisch von Anja Fietz.
Lektorat: Andreas Lentz

© für die deutsche Ausgabe Neue Erde GmbH 2010
Alle Rechte vorbehalten.

Titelseite:
Foto: [shutterstock.com/Neo Edmund](http://shutterstock.com/NeoEdmund)
Gestaltung: Dragon Design, GB

Satz und Gestaltung:
Dragon Design, GB
Gesetzt aus der Sabon

Gesamtherstellung: Fuldaer Verlagsanstalt GmbH, Fulda

Printed in Germany

ISBN 978-3-89060-554-8

Neue Erde GmbH
Cecilienstr. 29 · 66111 Saarbrücken · Deutschland · Planet Erde
www.neue-erde.de

Inhalt

Danksagung 10

Einleitung 11

TEIL 1:

PERSÖNLICHKEIT, SEELE UND ARBEIT 17

Kapitel 1: Die Evolution der Arbeit 18

Was ist sinnvolle Arbeit? 18

Kapitel 2: Die Rolle von Persönlichkeit und Seele 24

Die Transformation von uns und unserer Umwelt 24

Die Hochzeit von Persönlichkeit und Seele 28

Kapitel 3: Planbare Schritte zum Bewußtsein 31

Die vier Stufen zu einer von der Seele durchdrungenen Persönlichkeit 31

Üben Sie eine Arbeit des höheren Pfades aus? 41

TEIL 2:

INNERE TRANSFORMATION:

DIE VON DER SEELE DURCHDRUNGENE

PERSÖNLICHKEIT ENTWICKELN 43

Kapitel 4: Eine von der Seele durchdrungene Persönlichkeit entwickeln 44

Die fünf Körper, in denen die Seele wohnt 44

Die fünf Körper am Arbeitsplatz 47

Die eigenen Bedürfnisse bei der Arbeit erfüllen 47

Kapitel 5: Dem Ruf seiner Seele folgen 50

Den Traum seiner Seele erkennen 50

Seine zehn Lebensziele herausfinden 54

Ein Abgleich mit der Wirklichkeit (Realitätsprüfung) 58

Treibende und hemmende Kräfte 61

Das oberste Ziel seiner Ziele erreichen 64

Kapitel 6: Sich auf Erfolg umprogrammieren 68

Negative Selbstgespräche versus Zuversicht 69

Belohnungen, die gut wirken 71

Die Angst überwinden 74

Wie Angst einen beeinflusst 74

Die Hauptängste und wie man sie auflöst 78

Übersteigerte Ängste und realistische Befürchtungen 86

Anmerkung des Verlages

Wenn die Autorin von »Seele« spricht, dann meint sie im Zusammenhang dieses Buches nicht die Psyche, sondern immer die »ewige Seele« oder das »Höhere Selbst«.

TEIL 3:
ÄUSSERE TRANSFORMATION:
DIE SEELE IN DER ARBEIT EINBRINGEN 91

Kapitel 7: Sein volles Potential manifestieren 92

- Ihre sieben Chakras 94
- Wie Unternehmen ihre Chakren und Energiefelder nutzen 99
 - Die Energiefelder eines Unternehmens 107*

Kapitel 8: Die eigene Lebensenergie steigern 110

- Die physische, sexuelle, emotionale und mentale Energie erhöhen 110

**Kapitel 9: Freundschaften mit Menschen pflegen,
die Ihre Seele nähren 117**

- Schwarze Löcher und leuchtende Sterne 117
- Die Gesetze von Kohäsion, Adhäsion und Repulsion 119
- Wie Sie Menschen anziehen, die Ihre Seele nähren 123
- Die 3 • 2 • 1-Regel 126
- Eins plus eins gleich drei 130

Kapitel 10: Die materielle Welt meistern 133

- Wie schlau sind Sie? 134
- Geld anziehen und sich zunutze machen 138
- Die sieben Mächte, um seine Effektivität zu steigern 141
- Voll da sein 145
- Sich alle Möglichkeiten offenhalten 147
- Dranbleiben, aber wissen, wann man lieber aufgibt 149
- Der Mittlere Weg 151

Kapitel 11: Den Weg des Herzens gehen 154

- Die dreifältige Flamme von Liebe, Weisheit und Wille 154
- Sein Herz für die Liebe öffnen 160
- Akte der Freundlichkeit 161
- Seinen Mitmenschen in jedem Beruf dienen 163

Kapitel 12: Seelenvolle Arbeitsplätze schaffen 166

- Klein, aber oho 170
- Wir sitzen alle im selben Boot 172
- Die Vielfalt annehmen 173
- Urteilsvermögen: Die Spreu vom Weizen trennen 174
- Heilungs-, Feier- und Austauschrituale 176
- Eine Umgebung schaffen, die Freude weckt 180

- Eine Geisteshaltung der Fülle praktizieren 183
- Führungspersönlichkeiten, die Vertrauen fördern 184
- Das Syndrom vom gehorsamen Grubenpony 187
- Neue Erfolgskriterien 187
- Unverantwortliches Wachstum 188
- Ethisches Verhalten 191

Kapitel 13: Sich seiner Intuition bedienen: Das Werkzeug der Seele 194

- Wie das Gehirn arbeitet 194
- Die intuitive Persönlichkeit 195
- Methoden, um die Intuition zu aktivieren 197
- Die Intuition am Arbeitsplatz fördern 199
- Die dritte Option 202
- Die Chronos- und Kairos-Zeit ausgleichen 203
- Mit dem Raum-Zeit-Kontinuum arbeiten 205
- Der magische Kreis 207
- Auf die Synchronizität und »die Macht« vertrauen 208

Kapitel 14: Im Einklang mit den Naturkreisläufen arbeiten 211

- Mit der Seele verschmelzen 211
- Die vier Jahreszeiten 213
- Der Jahreskreislauf 213
- Die Monats- und Tageskreisläufe 215
- Seine Lebensmuster untersuchen 216
- Mit dem Fluß arbeiten 218
- Kreative Zerstörung und Erneuerung im Unternehmen 220
- Transformation: Die Welt als unser Arbeitsplatz 221
- Der Schmetterling: Symbol der Transformation 222

Bibliographie 226

Über die Autorin 229

Danksagung

Ich möchte mich gern bei Samaya Ryane vom *Shared Vision* Magazin bedanken, für die ich zehn Jahre lang eine monatliche Kolumne mit dem Titel *Mit der Seele arbeiten* verfaßt habe. Diese Reihe gab mir den nötigen Antrieb, dieses Buch zu schreiben.

Außerdem danke ich dem Banff Centre for Leadership und vielen anderen, die mir die Gelegenheit gaben, das zu unterrichten, was ich am besten kann. Schließlich danke ich noch Sarah Davies und David Kent von Random House, Kanada, die an dieses Buch von Anfang an geglaubt und zu seinem Erscheinen beigetragen haben.

Meine tiefe Dankbarkeit gilt meinen wundervollen deutschen Verlegern, Andreas und Johanna Lentz von Neue Erde, die mich bei diesem und meinen anderen Büchern unterstützt haben, sowie meiner Übersetzerin Anja Fietz für ihre scharfsinnigen und hilfreichen Lektoratsvorschläge.

Einleitung

Unsere Seelen leiden Hunger. Überall wo ich hingehe, fühle ich eine chronische unterschwellige Niedergeschlagenheit bei den Menschen, eine Krankheit der Seele. Der Psychotherapeut Thomas Moore schreibt von dieser seelischen Erkrankung in seinem Buch *Care of the Soul* [Für die Seele sorgen]. Am meisten klagen seine Klienten über ein Gefühl der »Leere, Bedeutungslosigkeit, über depressive Verstimmung, Ernüchterung über Ehe, Familie, Beziehungen, einen Werteverlust und die Sehnsucht nach Selbstverwirklichung sowie einen Hunger nach Spiritualität«. Dies alles sind Symptome einer tiefsitzenden Traurigkeit, die die Menschen überkommt, wenn ihr Leben und ihre Arbeit nicht mit ihrer seelischen Bestimmung übereinstimmen.

Glück hingegen entsteht, wenn die Bedürfnisse unserer Persönlichkeit *und* unserer Seele befriedigt werden. Idealerweise geht beides Hand in Hand, denn die Seele kennt unsere Lebensbestimmung, und die Persönlichkeit ist das Gefäß, das uns zur Verfügung gestellt wurde, um diese Bestimmung zu erfüllen. Die Seele vermag nicht, ihre Ziele ohne die Mitwirkung der Persönlichkeit zu erreichen, und eine Persönlichkeit, die ohne die Führung der Seele agiert, neigt dazu, vergänglichen Vergnügungen nachzujagen, was zu einer andauernden Ernüchterung führen kann. Psychische Probleme rühren teilweise daher, daß wir unseren persönlichen Bedürfnissen auf Kosten der Seele zuviel Gewicht einräumen. Verleugnen wir andererseits unsere persönlichen Bedürfnisse, kann auch dies Leiden zur Folge haben. Wenn wir unsere persönlichen Bedürfnisse befriedigen, etwa indem wir finanzielle und berufliche Sicherheit erlangen oder von anderen gemocht und anerkannt werden, sind wir womöglich besser in der Lage, die Bedürfnisse unserer Seele zu stillen.

Wirken Seele und Persönlichkeit zusammen, entsteht eine Persönlichkeit, die von der Seele durchdrungen ist. Diese Partnerschaft auf Gegenseitigkeit ist notwendig, wenn wir unser volles Potential entfalten wollen. Eine von der Seele durchdrungene Persönlichkeit bedeutet Selbstverwirklichung, Freude, Kreativität, Wahrhaftigkeit und Selbstbestimmung. Das heißt auch, daß man sich verpflichtet fühlt, mit anderen zusammenzuarbeiten, um gesunde Arbeitsplätze zu schaffen und Gutes in die Welt zu bringen.

In dem Maße, wie wir von unserer Seele durchdrungen werden, streben wir lebhaft danach, unsere Seele in die Arbeit einzubringen, und wir empfinden größere Unzufriedenheit, wenn wir das nicht erreichen.

Wir Menschen sind an einer Weggabelung in unserer Entwicklung angelangt, wo wir vor zwei Möglichkeiten stehen:

Der eine Weg bedeutet Rückschritt. Eine fehlende Anbindung an unsere Seele führt zur Trennung – nicht nur von unserem Wesenskern, sondern auch von unseren Mitmenschen und der Welt. Auf diesem Weg erwarten uns körperliche Belastung, Umweltverschmutzung, emotionales Leid durch fehlende Nächstenliebe, geistiges Leid, weil wir einer Tätigkeit nachgehen, die nur einen Bruchteil unseres Potentials nutzt, und seelisches Leid, da wir ein Leben führen, das nicht mit der Berufung unserer Seele übereinstimmt.

Die andere Wahl, die wir haben, besteht in dem Weg nach vorn – dem Weg der Transformation. Sowohl individuell als auch gesellschaftlich zeigt sich das weltweit an einem gestiegenen Interesse an Spiritualität. Beachten Sie die Vielzahl an spirituellen Büchern und Seminaren, die in den letzten Jahrzehnten angeboten werden, und den jüngsten Zuspruch, den die Spiritualität mittlerweile in der Geschäftswelt hat.

Sowohl große als auch kleine Firmen unternehmen positive Schritte, um die Situation am Arbeitsplatz zu verbessern. Die Kleiderordnung hat sich vom vorgeschriebenen Anzug Ende des 20. Jahrhunderts zu legerer Kleidung gewandelt, die unsere Individualität zum Ausdruck bringt. Eine veränderte Denkweise bricht sich Bahn, denn die Organisationsstrukturen bewegen sich weg von der Autokratie hin zur Demokratie, und man ist bestrebt, die besten Ideen und Talente jedes einzelnen Mitarbeiters zu nutzen und zu fördern. Zugegeben, manchmal klafft eine Lücke zwischen der Theorie der »Bevollmächtigung« und der tatsächlichen Umsetzung dieses Konzepts am Arbeitsplatz, aber diese schließt sich, denn immer mehr Personen und Betriebe überschreiten ihre Begrenzungen, um neue Verhaltensweisen auszuprobieren, die sowohl ihren seelischen als auch ihren persönlichen Bedürfnissen gerecht werden.

Indem die einzelnen Menschen und Unternehmen den fortschrittlichen Weg der Transformation einschlagen, verlassen sie die Haltung, abhängig (oder unabhängig) von anderen zu sein, und nehmen eine neue Haltung der Interdependenz, der wechselseitigen Abhängigkeit, an. Aber dieser

Prozeß ist nicht schmerzlos. Die Reise der Umwandlung wird begleitet von Verwirrung, Enttäuschung und Rückschlägen, aber auch von Aufregung, Zuversicht und der Freude, eine bessere Lebens- und Daseinsform in der Welt zu entdecken.

Wir beginnen, uns die schwierigen Fragen zu stellen: »Wer bin ich?« – »Was will ich mit meinem Leben anfangen?« – »Wie kann ich meiner Arbeit einen Sinn geben?«

Ja, die Frage nach der Arbeit wird wesentlich. Die Arbeit könnte entgeltlich oder unentgeltlich sein, und sie ist keineswegs nur das, *was* wir tun, sondern vielmehr *wie* wir es tun. Unsere Haltung gegenüber Mitarbeitern, Kunden und der Dienstleistung, die wir anbieten, ist von großer Wichtigkeit. Haben wir die richtige Leistungsbereitschaft für unser Handeln? Sind wir bemüht, zu helfen, anstatt zu schaden? Das sind die entscheidenden Fragen.

Die westliche Gesellschaft hat Vorstellungen davon entwickelt, welche Art von Tätigkeit man ausüben sollte und wie und wie lange man sie zu verrichten hat (was nicht in Übereinstimmung mit unserer jeweiligen Berufung sein muß). Eine sinnvolle Arbeit ist wesentlich für die menschliche Evolution, und sie könnte alles sein, solange sie den Menschen vervollkommnet und der Welt einen Nutzen bringt. Der wegweisende Philosoph und Wirtschaftswissenschaftler E.F. Schumacher hat in seinem Buch *Das Ende unserer Epoche* »Good Work« empfohlen, das heißt, »sinnentleerte, langweilige, verdummende oder die Nerven zerrüttende Arbeit, die den Menschen zum Diener einer Maschine oder eines Systems herabwürdigt, abzulehnen. Sie sollten lernen, daß Arbeit Lebensfreude bedeutet und zu unserer Entwicklung *nötig*, daß aber sinnlose Arbeit verabscheuungswürdig ist.«

Ich würde gern klarstellen, was ich unter »sinnentleert« verstehe. Ich meine hier eine Tätigkeit, die einem bedeutungslos erscheint, und das hat nichts mit einem bestimmten Beruf oder einer Beschäftigung zu tun. Wir sind alle einzigartig, und was auf den einen zutrifft, muß nicht unbedingt für einen anderen gelten. Die Verweigerung der sinnentleerten Arbeit, von der Schumacher spricht, vollzieht sich gerade. Große Unternehmen, in denen die Leute nur »kleine Rädchen im Getriebe« sind, zerbrechen, und die Zahl kleiner Betriebe, die das Potential ihrer Mitarbeiter entwickeln, nimmt zu. Das besagt nicht, daß alle großen Organisationen

ihre Angestellten beschränken und umgekehrt alle kleinen Firmen sie fördern. Was wir brauchen, ist eine Umgebung hohen Vertrauens und Respekts und eine angemessene Menge an Arbeit, die den einzelnen Mitarbeiter interessiert, und das unabhängig von der Größe des Unternehmens.

Letzten Endes beginnt jeder Wandel jedoch bei einem jeden Menschen selbst, und beim Schreiben von *Mit der Seele arbeiten* habe ich letzten Endes an ihn, das heißt, an Sie gedacht. Das Buch soll Ihnen helfen, Ihr Leben ins Gleichgewicht zu bringen, indem Sie Ihre seelischen Bedürfnisse entdecken und ihnen gemäß handeln und mehr Sinn in Ihrer Arbeit finden. Es ist ein »Gewußt-wie«-Buch, das Ihnen die Werkzeuge und Techniken an die Hand gibt. Arbeit ist meiner Ansicht nach am besten geeignet, in Ihrem Leben Ihr Potential zu entwickeln. Aber sie ist mehr als das. Dieses Buch setzt sich auch mit den Problemen auseinander, die weltweit auftreten und das tiefe Bedürfnis betreffen, uns und unsere Beziehungen zu anderen und unserer Umwelt zu heilen. In diesem Sinne ist *Mit der Seele arbeiten* auch ein »Warum«-Buch.

Die Menschen, die nach Möglichkeiten suchen, sich und ihren Arbeitsplatz zu verändern, werden ihre Antworten nicht in der Technologie, in Statistiken oder allein im Logischen finden. Die Schlüssel, von denen ich spreche, hängen weniger vom Tun ab, sondern mehr vom Sein, weniger von Quantität und mehr von Qualität. Meine Grundlage besteht zu einem gewissen Grad in einer Verquickung von den Mythen der Welt, der Psychologie und den geistigen Gesetzen, nach denen unsere Welt geformt wurde und funktioniert. Drei Jahrzehnte lang habe ich mich u. a. mit den Überlieferungen der Indianer, Christen, Buddhisten und westlichen Metaphysiker befaßt, um ein tieferes Verständnis von ihren geistigen Lehrsätzen zu erhalten. Es ist nicht immer einfach, diese spirituellen Lehren zu deuten und in konkreter und praktischer Weise im Privat- und Berufsleben anzuwenden.

Ich habe versucht, diese grundlegenden geistigen Wahrheiten in diesem Buch einfließen zu lassen, so daß sie leicht von allen Leserinnen und Lesern verstanden werden können.

Mit der Seele arbeiten ist in drei Abschnitte gegliedert: Der erste, mit der Überschrift *Definition von Persönlichkeit, Seele und Arbeit*, untersucht die verschiedenen Bedürfnisse der Persönlichkeit und Seele und

veranschaulicht, was es heißt, »seine Seele in die Arbeit einzubringen«. Der zweite Abschnitt, *Innere Transformation: Die von der Seele durchdrungene Persönlichkeit*, unterstützt Sie – durch Übungen der Selbsteinschätzung – dabei, Ihre eigene Seelenbestimmung zu ermitteln, Ihre persönlichen Talente und Begabungen anzuschauen und etwaige Ängste zu überwinden. Der dritte Abschnitt, *Äußere Transformation: Die eigene Seele in die Arbeit einbringen*, zeigt Ihnen konkrete, praktische Möglichkeiten, wie Sie selbst Ihre Seele in Ihre derzeitige Tätigkeit integrieren können.

Mit der Seele arbeiten spiegelt auch die Reise meiner eigenen Seele wider – sowohl die vergangene als auch gegenwärtige – und die Reise von so vielen anderen, die ich kennengelernt und mit denen ich jahrelang gearbeitet habe. Ich hoffe, mit diesem Buch einen Beitrag zu leisten, damit Sie Ihre geistige und materielle Welt, Ihr Privat- und Berufsleben besser miteinander vereinbaren können und in Ihrem Wissen bestärkt werden, daß Sie zu einem bestimmten Zweck hier sind und Ihr Dasein einen Sinn hat.

TEIL 1

Persönlichkeit, Seele und Arbeit

*In welcher Weise mich die Menschen lieben,
in derselben Weise finden sie meine Liebe:
Es gibt vielerlei Wege der Menschen,
aber sie alle führen letztendlich zu mir.*
BHAGAVAD-GITA (DER »GESANG GOTTES«)



Die Evolution der Arbeit

*Die Arbeitsmoral ist lebendig und gut;
Tatsache ist, daß sie nicht viel zu tun hat.*

DANIEL YANKELOVICH

Was ist sinnvolle Arbeit?

Es besteht ein Unterschied zwischen einem »Job« und einer »Arbeit«. Einen Job üben wir aus, um unsere finanziellen und körperlichen Bedürfnisse zu befriedigen, während eine Arbeit unsere emotionalen, geistigen und seelischen Bedürfnisse stillt und unserem Leben einen Sinn verleiht. Unsere Persönlichkeit denkt vorrangig daran, einen Job zu haben, aber unsere Seele sehnt sich nach einer sinnvollen Tätigkeit. Idealerweise sind unser Job und unsere Arbeit identisch, aber leider haben in unserer heutigen Welt die meisten Leute lediglich einen Job, keinen Beruf, mit dem sie ihrer wahren Berufung folgen. Der Wunsch nach einer sinnvollen Arbeit, die sowohl den persönlichen als auch seelischen Bedürfnissen gerecht wird, nimmt in unserer Gesellschaft mittlerweile stetig zu.

Sicherlich vermag nicht jeder seiner liebsten Beschäftigung nachzugehen. Vielleicht möchten Sie hauptberuflich Künstler sein, müssen aber trotzdem einen Weg finden, um Ihre Familie zu ernähren. Oftmals fordert Sie das Leben zu einem ganz bestimmten Zweck heraus. Heilung und Selbsterkenntnis liegen in der Entdeckung dieses Zwecks. Womöglich bringen Sie Ihre Seelenarbeit und die Wünsche der Persönlichkeit durcheinander, oder aber die gewählte Arbeit ist stimmig, nur Ihre Zeitplanung nicht. Es könnte sein, daß Sie sogar einen Teil Ihrer Seelenarbeit angehen, aber nicht vollständig. Die Seele bewegt sich nicht von Punkt A nach B; sie nimmt einen Umweg, und indem sie das tut, lernen Sie ein bißchen hier und ein bißchen dort über Ihre Lebensaufgabe.

James, der nunmehr Ende 40 ist, hat die letzten zwölf Jahre damit zugebracht, die Bedürfnisse seiner Persönlichkeit mit denen der Seele in Einklang zu bringen. Sein Weg begann, als er sich entschloß, ein Buch über ein breitgefächertes Thema zu schreiben, das nicht einfach zu definieren war, sondern einzigartig in seinem Sachgebiet. Er fühlte sich zum Schreiben dieses Buches »aufgerufen«, verdiente aber nicht genug, als er sich nur damit befaßte. So fand er im Lauf der Jahre etliche Möglichkeiten, um über die Runden zu kommen; von der Schmuckproduktion bis hin zur Minderung seiner Ausgaben durch ein genügsames Leben auf dem Lande. Auf diesem Weg erwarb er sich Geduld, Demut, Beharrlichkeit und viele andere wundervolle Tugenden. Aber das Buch war immer noch nicht fertig.

Vor ein paar Jahren ging James eine Bindung mit einer starken, erfolgreichen Frau ein, deren Arbeit einen direkten Einfluß auf Tausende von Leuten hatte. James dachte, daß ihn seine Seele für sein langfristiges Engagement belohne und – wo doch seine Geldsorgen nun ein Ende hätten – er jetzt sein Buch abschließen könne. Dies war jedoch nicht der Fall, denn die neue Beziehung sprach noch tiefere Aspekte seines Wesens an. In langen Kämpfen mit seinem Ego war James klargeworden, daß viel mehr dabei herauskam, wenn er seine neue Partnerin emotional unterstützte und sie so ihre Arbeit besser machen konnte, als wenn er sein Buch weiterschrieb. Das soll nicht heißen, daß James das Buch aufgegeben hat. Er arbeitet immer noch daran, aber betrachtet es nur noch als einen Aspekt seiner Seelenarbeit und vielleicht nicht mehr als das Herzstück davon.

Dieser Weg zum Ausgleich der seelischen und persönlichen Belange ist James nicht leichtgefallen, weil unsere Gesellschaft dazu neigt, den Wert von jemandem danach zu bemessen, welchen Beruf er hat und wieviel Geld er damit verdient. Mehr Geld gleich mehr Wert. Das wollen wir vielleicht nicht zugeben, weil die meisten von uns lieber behaupten, daß es ihnen auf Geld und Erfolg nicht ankäme. Unser Selbstwert und Selbstbild können jedoch so stark mit unserer Arbeit verknüpft sein, daß viele von uns, auch wenn sie ihren Job nicht mögen, Angst davor haben, ihn an den Nagel zu hängen. Die Vorstellung, arbeitslos zu werden, löst unglaubliche Besorgnis aus und sogar Ängste, weil unser Selbstverständnis weitgehend mit dem eigenen Beruf gleichgesetzt wird. Wer gibt auf die

Frage, was er macht, an, daß er gerne wandert oder daß er Naturschützer oder liebender Vater ist? So stark identifiziert sich unser Selbst mit unserer Arbeit und damit, wie viel wir verdienen, daß die Leute, die nicht in Lohn und Brot stehen und vielleicht ihre Kinder aufziehen oder ehrenamtliche Arbeit leisten, sich oft bedauert und unwert fühlen, wenn man ihnen diese Frage stellt. Ähnlich ergeht es denjenigen, die in sogenannten alternativen Berufen arbeiten, etwa Körpertherapeuten, Astrologen, Künstler oder andere Selbständige, die manchmal glauben, daß ihre Arbeit nicht so viel wie eine normale Anstellung zählt. Daß ihre Tätigkeit auch noch als »alternativ« bezeichnet wird, ist ein guter Hinweis auf diese unterschwellige Beargwöhnung und die mangelnde Anerkennung.

Wir müssen uns von dieser Betrachtungsweise der Arbeit lösen und erkennen, daß jede Tätigkeit, die dem Gemeinwohl dient, einen Wert hat. Solange unsere Arbeit mit unserem Seelenziel in Einklang ist, tun wir das, wozu wir hergekommen sind. Aber allzu leicht wird an der Vorstellung festgehalten, daß man arbeiten *muß*, um seinen Lebensunterhalt zu verdienen (ob das nun heißt, genug zu Essen und ein eigenes Dach überm Kopf zu haben, seine Kinder sattzubekommen oder für das Alter vorzusorgen), und das sei der Grund, warum man arbeitet. Sobald wir glauben, daß wir arbeiten *müssen*, schleicht sich das Gefühl ein, Opfer der Umstände zu sein, oder einfach Unlust. Das ist gang und gäbe bei allen, die ihre Arbeit ungern verrichten, aber es kann auch bei denen auftreten, die sie eigentlich gern mögen.

Wir müssen unsere Persönlichkeit und die jeweiligen Umstände betrachten, die uns in diesem Leben gegeben sind und unsere Arbeit im Rahmen dieser Grenzen suchen. Es wird gar nichts nützen, sich zu beklagen, daß dies ungerecht sei, es andere leichter hätten und es nicht das sei, was wir wollen. Wir müssen die Bestandteile unserer genetischen, historischen und kulturellen Voraussetzungen durchsuchen, um die Perle von unschätzbarem Wert zu finden, die darin verborgen liegt. Das eine Leben mag zum herausragenden Einsatz in der äußeren Welt auffordern, während ein anderes diesen Einsatz in der inneren Welt verlangt. Seele und Persönlichkeit müssen lernen zusammenzuarbeiten, um ihre gemeinsame Bestimmung zu finden und sie dann in Freuden anzunehmen.

Wir haben die Wahl. Wir können unsere Arbeit entweder als Last und Strapaze betrachten, oder wir sehen sie als etwas an, das wir uns ausgesucht

haben, weil es uns Freude macht und unserem Leben einen Sinn gibt. Das bedeutet, unsere einzigartigen Gaben in der Weise zu zeigen, die uns jeweils am sinnvollsten erscheint. Wenn wir Arbeit so beschreiben, ermöglicht uns dies beständiges Wachstum und ein ganz neues Verständnis. Die Arbeit, die wir vielleicht im Alter von 20 Jahren wollen, muß nicht unbedingt mit dem übereinstimmen, was uns mit 50 vorschwebt. Anstatt zu versuchen, sich in ein vorgefertigtes Berufsbild einzufügen, sollte man sich auf die eigenen Talente, Fähigkeiten und Charaktereigenschaften konzentrieren, sie zusammenführen und schließlich die Arbeit finden oder sich neu schaffen, bei der man diese zum Ausdruck bringen kann.

Seine Seele in die Arbeit einzubringen bedeutet, daß man sich der Tätigkeit widmet, zu der man sich berufen fühlt. Wir wollen unbedingt diese Arbeit machen, ganz gleich, wie viel Geld sie uns einbringt, wieviel Ansehen damit verbunden ist oder was unsere Familie und Freunde denken. Indem wir diese Arbeit verrichten, sind wir mit uns selbst im reinen und fühlen uns mit den anderen und unserer Umwelt wohl. Unser Leben erhält einen Sinn, und wir sind auf dem Weg unserer Bestimmung. Der US-amerikanische Psychologe Abraham Maslow sagt, daß der Mensch beides, »Wirklichkeit und Möglichkeit«, in sich trägt und daß die Entwicklung unseres Potentials zur Selbstverwirklichung führt. Indem wir unsere Seele in die Arbeit einbringen, tragen wir unser gesamtes Wesen in unseren Beruf hinein. Wenn wir die Tätigkeit ausüben, die wir lieben, ziehen wir Energie an, weil wir unsere Träume in der stofflichen Welt manifestieren. Das führt zu innerer wie auch zu äußerer Erfüllung.

Im Sanskrit bedeutet das Wort »Karma« Wirken und Erschaffen. Wir wirken und erschaffen in jeder Minute und, in diesem Licht betrachtet, kann alles unser Werk sein. Diese Gedanken werden in der *Bhagavad Gita* wiedergegeben:

Wird die Arbeit als heilige Handlung verrichtet – selbstlos, mit einem friedvollen Geist, ohne Haß oder Gier und ohne Verlangen nach Anerkennung, dann ist die Arbeit rein. Aber wenn sie aus einem selbstsüchtigen Verlangen heraus getan wird, als Mühe empfunden oder Opfer betrachtet wird, dann ist die Arbeit unrein.

Ich höre so manchen von Ihnen sagen: »Schön und gut, aber ich arbeite für ein großes Unternehmen, das mir schließlich vorschreibt, was ich tun soll.«

Und wer hat sich dieses Unternehmen und diese Arbeit ausgesucht? Wir alle entscheiden uns, wo wir letzten Endes beschäftigt sind, und wir sollten sowohl die Vorteile als auch Einschränkungen bedenken, die diese Wahl nach sich zieht.

Einige von Ihnen könnten entgegnen: »Aber mir bleibt keine Wahl. Ich habe zu viele Verpflichtungen. Ich habe kleine Kinder, keine Ausbildung, bekomme keine Unterstützung...«

Während ich diesen Worten Hingabe und aufrichtige Sorge für andere entnehme, spüre ich auch Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung und eine gewisse Opferhaltung. Wir sollten uns ins Gedächtnis rufen, daß uns das Leben fortwährend vor die Wahl stellt.

Selbstverständlich können wir uns die Talente, die uns in die Wiege gelegt wurden, nicht aussuchen, aber wir sind imstande zu wählen, ob wir sie entfalten. Auch suchen wir uns – zumindest auf persönlicher Ebene – nicht immer die schmerzvollen Situationen aus, die uns begegnen, aber wir dürfen wählen, wie wir darauf reagieren.

Einmal hörte ich die Äußerung eines Motivationstrainers zur Macht der Entscheidung. Dieser Mann, ehemaliger Marinesoldat und körperlich fit, war im Krieg unter Beschuß geraten und hatte davon schwere Verbrennungen zurückbehalten; sein Gesicht war entstellt und die meisten Finger fehlten. Nachdem er sich von der tiefen Depression erholt hatte, in die er nach diesem Unglück gefallen war, kehrte er wieder in die Welt zurück, indem er für das Bürgermeisteramt kandidierte. Er gewann. Daraufhin entschloß er sich, mit dem Fliegen anzufangen. Eines Tages mußte er notlanden und war seitdem von der Hüfte abwärts gelähmt. Was mich an dem Mann im Rollstuhl und seiner Geschichte faszinierte, war seine Haltung gegenüber den Behinderungen, welche ihm auferlegt waren. Er sagte: »Vor meinen Unfällen gab es 10.000 Dinge, die ich tun konnte. Jetzt sind es 9.000.«

Das Leben dieses Mannes war, gelinde gesagt, eine Herausforderung, aber wir haben alle unser Bündel zu tragen – was ich gern als »Gelegenheit zu wachsen« bezeichne. Ich glaube fest daran, daß uns im Leben niemals Herausforderungen gestellt werden, denen wir nicht gewachsen

wären. Auch in Joseph Campbells Abhandlung *Der Heros in tausend Gestalten* ist jedes Scheitern bei der Bewältigung einer Lebenssituation letztendlich auf eine Beschränkung des Bewußtseins zurückzuführen.

Jeder von uns sollte die Beschränkungen untersuchen, die wir uns selbst auferlegen und die uns davon abhalten, unserer Seelenarbeit nachzugehen. Das besagt nicht, daß wir nicht in schwierigen Situationen stolpern werden, manchmal sogar gnadenlos. Aber wir können lernen, »furchtlos« zu stolpern und nach den Gelegenheiten Ausschau zu halten, die unsere Seele uns bietet.

Viele Verpflichtungen, die wir eingegangen sind, sind das Ergebnis von Entscheidungen, die wir einst in unserem Leben getroffen haben. Manche davon waren Entscheidungen der Seele und andere welche der Persönlichkeit. Wenn wir Seelenentscheidungen treffen, fühlen wir uns erfüllt, und wir sind von der Richtigkeit unserer Wahl überzeugt. Die Entscheidungen der Persönlichkeit sind eher wechselhaft, denn was unsere Persönlichkeit jetzt zufriedenstellt, muß es morgen nicht mehr tun. Da beide, unsere Persönlichkeit und die Seele, in uns wohnen, ist es nicht immer einfach zu befinden, wer gerade zu uns spricht. Als Faustregel, die ich anwende, um die persönlichen von den seelischen Belangen zu unterscheiden, stelle ich mir selbst die Frage: »Handle ich aus Schuld, Angst oder wie andere mich wahrnehmen sollen?« Oder bin ich ganz ruhig bzw. in Hochstimmung aufgrund meiner Wahl? Bei einer Seelenentscheidung spüre ich innerlich, daß sie richtig ist, selbst wenn der Weg für mich und andere schwierig sein könnte und ich nicht weiß, wie die Sache ausgeht. Unsere Seele ist einzigartig, genau wie unsere Persönlichkeit, und wir müssen eine Art kombinierte Lebensaufgabe finden, die beiden gerecht wird. Entscheidungen, die allein von der Persönlichkeit getroffen werden, führen niemals zum Glück; nur wenn wir die Entscheidungen unserer Seele – in Verbindung mit der Persönlichkeit – befolgen, werden wir bei unserer Lebensaufgabe glücklich sein.