



Seva-Leitfaden

für die österreichischen Sathya Sai Zentren und Gruppen

Selbstloses Dienen ist der erste Schritt auf dem spirituellen Weg.¹

Einleitung

Dieser Leitfaden ist dafür gedacht, den Mitgliedern der Sathya Sai Zentren und Gruppen verstehen zu helfen, was selbstloser Dienst (Seva) ist und wie er in die Praxis umgesetzt wird. Er basiert auf einer Übersetzung (aus dem Englischen) des von der amerikanischen Sai Organisation herausgegebenen Leitfadens für Service in den amerikanischen Sathya Sai Zentren (A Guide to Service in American Sathya Sai Baba Centers), ist aber der österreichischen Situation angepaßt und entsprechend ergänzt.

Der Leitfaden gliedert sich in vier Kapitel:

- ❖ Kapitel 1 stellt die auf Seva bezogenen Lehren Sathya Sai Babas vor und erklärt, warum wir Seva als eine bedeutende spirituelle Aktivität betrachten sollten.
- ❖ Kapitel 2 stellt dar, wie das Seva Programm der Sathya Sai Organisation verwaltet wird und stellt einige, Seva betreffende, Richtlinien dar.
- ❖ Kapitel 3 enthält Informationen über die Organisation und Aufrechterhaltung von Seva-Projekten im Rahmen der Zentren und Gruppen.
- ❖ Kapitel 4 bietet Informationen über Seva-Projekte, die von den Zentren und Gruppen durchgeführt werden.

Zitate von Sathya Sai Baba werden in kursiver Schrift dargestellt. Am Ende des Leitfadens findet sich ein Verzeichnis der Quellenangaben. Die Seitenzahlen darin beziehen sich auf die Nummerierung der „Sathya Sai Baba spricht“-Bände, wie sie auf der CD-Rom "Sathya Sai Baba – Ansprachen und Schriften" zu finden sind.

Wenn im Text von Sathya Sai Zentren die Rede ist bezieht sich dies selbstverständlich auch auf die Sathya Sai Gruppen, die im Bereich des selbstlosen Dienens tätig sind, auch wenn es nicht explizit ausgeschrieben ist.

... engagiert euch in praktischen Handlungen der Liebe und des Dienens, und versucht dabei mit aller Kraft, Gott in jedem lebenden Wesen zu sehen.²

¹ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 61, Seite 227

² Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 58, Seite 244

Inhaltsverzeichnis

Einleitung

1. Sathya Sai Babas Lehren zu Seva

- 1.1. Seva und die Sathya Sai Organisation
- 1.2. Was ist selbstloses Dienen?
- 1.3. Selbstloser Dienst ist eine dem Selbst dienende Aktivität
- 1.4. Unsere Einstellung, wenn wir Seva tun
- 1.5. Seva und die Wiederholung des Namens Gottes

2. Verwaltung und Richtlinien

3. Organisation und Durchführung von Seva-Projekten

4. Seva-Projekte

- 4.1. Speisung von Hungrigen
- 4.2. Spitalsbesuche
- 4.3. Besuche in Pflegeheimen
- 4.4. Dienst innerhalb des Zentrums
- 4.5. Interessante Gruppenprojekte

Literaturempfehlungen

Setzt Liebe durch Dienen in die Praxis um.³



³ Sathya Sai Baba spricht VIII, Kapitel 46, Seite 181

Kapitel 1

Sathya Sai Babas Lehren zu Seva

In unseren Sai Zentren ist der selbstlose Dienst eine genauso wichtige spirituelle Aktivität wie das devotionale Singen. Der Zweck dieses Kapitels ist, zu erklären, warum das so ist. Zu Beginn können wir sehen, daß Sathya Sai Baba selbst Sein Leben im Dienen verbringt.

Ihr solltet Swami, dem Führer, folgen. Das liegt daran, daß Swami von morgens bis abends selbst die kleinste Aufgabe selbst erledigt; und Seine ganze Arbeit ist zum Wohle der Welt. Es ist in diesem Zusammenhang, dass ich oft sage: "Mein Leben ist meine Botschaft."⁴

Avatare Gottes sind in Seva engagiert; das ist der Grund, warum Avatare erscheinen. Von daher wird der Avatar natürlich erfreut sein, wenn ihr der Menschheit Seva anbietet, und ihr könnt so Gnade erwirken.⁵

1.1. Seva und die Sathya Sai Organisation

Die Mitglieder unserer Organisation müssen bereit und eifrig bemüht sein, den Schülern, den Kranken und den Armen zu helfen. Ihr sollt fühlen, daß diese Arbeit, wo immer sie ausgeführt wird, eine Arbeit ist, die mir gefällt. ... verbringt von heute an eure Tage und Jahre damit, jenen zu helfen, die in äußerster Not sind, und macht so euer menschliches Dasein lohnend und fruchtbar.⁶

Laßt euch sagen: Nichts ist unmöglich, wenn eine organisierte Gesellschaft entschlossen ist, etwas zu erreichen. Selbst Freiheit von der Bindung an die materielle Welt (moksha) kann durch den Dienst an der Gesellschaft und durch das Bemühen um ihr Wohlergehen gewonnen werden. Durch Einigkeit, Opferbereitschaft und Mitgefühl kann alles erreicht werden. Die Sathya Sai Organisation muss ihren Dienst an der Gesellschaft mit Ausdauer und Begeisterung fortführen.⁷

Limitiert euren Dienst jedoch nicht auf Zentrums-/Gruppenaktivitäten. Macht Seva zu einer Lebensaufgabe, die mit eurer Familie beginnt.

Die erste Lektion in selbstlosem Dienen (Seva) muss im Familienkreis gelernt werden.⁸

Ich lege keinen Wert darauf, dass ihr hinter geschlossenen Türen den Namen Gottes rezitiert oder den Rosenkranz durch die Hände gleiten lasst, wenn sie eigentlich anderen helfen sollten!⁹ Zieht euch nicht zurück, um durch Meditation und Rezitation eure eigene Erlösung anzustreben. Seid mit euren Schwestern zusammen und nehmt jede Gelegenheit wahr, anderen zu helfen, aber habt dabei den Namen Gottes auf den Lippen und seine Form vor eurem geistigen Auge.¹⁰

⁴ Summer Showers in Brindavan 1979, Kapitel 11

⁵ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 12, Seite 64

⁶ Sathya Sai Baba spricht IX, Kapitel 32, Seite 131

⁷ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 34, Seite 141

⁸ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 34, Seite 141

⁹ Sathya Sai Baba spricht V, Kapitel 66, Seite 225

¹⁰ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 39, Seite 137

Dienen ist ein lebenslanges Programm, es kennt keine Rast und keinen Aufschub. Dieser Körper wurde euch gegeben, um seine Kraft und sein Geschick für den Dienst am Bruder Mensch zu gebrauchen. Dient dem Menschen, bis ihr Gott in allen Menschen seht; dann wird all euer Tun zur Weihehandlung erhoben.¹¹

1.2. Was ist selbstloses Dienen?

Die Österreicher leisten eine enorme Menge an Freiwilligenarbeit. Aber Sathya Sai Baba sagt, dass es einen Unterschied gibt zwischen dem herkömmlichen Sozialdienst und dem selbstlosen Dienen. Dieser Unterschied hat nichts mit dem Dienst selbst zu tun – tatsächlich sagt Sai Baba, dass *Dienst an der Gemeinschaft der höchste Dienst ist.*¹² Der Unterschied liegt vielmehr in der Einstellung, mit der der Dienst durchgeführt wird. Selbstloses Dienen hat eine spirituelle Grundlage.

Viele, die solche „Sozialdienste“ leisten, sind nicht mit dem Herzen dabei und ihre Arbeit kann deshalb nicht als spirituelles Bemühen (sâdhana) gewertet werden.¹³ Dienst am Nächsten (Seva) ist in erster Linie eine spirituelle Disziplin (sâdhana).¹⁴

Was ist eigentlich „Dienen“? Dienen ist das innerste Wesen der Gottesliebe (bhakti), ist der Atem des Gläubigen (bhakta), seine wahre Natur. Der Drang zum Dienen entspringt der eigenen Erfahrung des Gläubigen - einer Erfahrung, die ihn überzeugt hat, dass alle Wesen Gottes Kinder sind und dass der Körper eines jeden ein Tempel Gottes ist, in dem er sich manifestiert.¹⁵

Seva ist ganz anders. Bei Seva gilt all eure Energie und Aufmerksamkeit der anliegenden Aufgabe, denn es ist eine geweihte Aufgabe. Ihr vergesst den Körper und ignoriert seine Forderungen. Ihr stellt eure Individualität, euer Ansehen und eure Vorteile hintan. Ihr reißt euer Ego an seinen Wurzeln heraus und werft es fort. Ihr gebt euren Status, eure Eingebildetheit, euren Namen und eure Form auf und alles, was diese von anderen fordern. Dieser Prozess macht das Bewusstsein rein.¹⁶

1.3 Selbstloser Dienst ist eine dem Selbst dienende Aktivität

Sathya Sai Baba macht es klar, dass das Seva, das wir tun, um unserer selbst wegen ist. Natürlich, wir wollen anderen helfen, aber der wahre Wert des Dienens liegt in dem, was es für uns tut – vorausgesetzt, wir tun es mit der richtigen Einstellung: als eine spirituelle Disziplin. Selbstloses Dienen hilft uns

- ❖ unseren Geist (mind) zu kontrollieren und zu reinigen,
- ❖ unsere Wünsche zu begrenzen,
- ❖ unsere karmische Last abzutragen,
- ❖ unser Ego zu abzubauen,
- ❖ Liebe in unser Leben zu bringen,
- ❖ die Einheit von allen zu erleben,

¹¹ Sathya Sai Baba spricht IX, Kapitel 35, Seite 143

¹² Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 31, Seite 104

¹³ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 34, Seite 142

¹⁴ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 13, Seite 44

¹⁵ Sathya Sai Baba spricht V, Kapitel 66, Seite 225

¹⁶ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 12, Seite 61

- ❖ uns des Gottes in allen bewußt zu werden,
- ❖ die Gnade Gottes zu gewinnen.

Ihr leistet Seva um eurer selbst willen. Ihr seid in Seva engagiert, um euch des âtman in euch bewusst zu werden, um die Verlockungen eures Egos abzulegen, um euch selbst zu erkennen und die Antwort auf die Frage zu erhalten, die euch quält, nämlich: „Wer bin ich?“ Ihr dient nicht anderen, ihr dient euch selbst; ihr dient nicht der Welt, ihr dient euren eigenen besten Interessen.¹⁷

Ständiges Tätigsein in liebendem Dienst am Nächsten begräbt die Samen vergangener sündiger und schädlicher Handlungen unter sich, so dass sie absterben und nicht zu einem erneuten Gang durch das Leiden heranwachsen können.¹⁸ Der Dienst am Nächsten (Seva) ist die beste aller spirituellen Übungen (sâdhana), um den Geist aus den Fangarmen der Wünsche zu befreien.¹⁹

Dienst ist das wirkungsvollste Instrument, um das Böse des Egoismus abzuschaffen.²⁰ Ihr mögt fragen: „Wie ist es möglich, das Ego durch Dienen zu transzendieren?“ Indem Seva mit Liebe durchtränkt wird, kann Arbeit in Gottesdienst transformiert werden. Wenn die Arbeit Gott dargebracht wird, wird sie zur Anbetung. Dies macht sie frei von Ego. Sie wird auch von dem weltlichen Wunsch nach Erfolg und der weltlichen Angst vor Versagen befreit.²¹

Wenn ein Devotee in Demut und Reinheit versucht, Meinen Geschöpfen, die seine selbstlose Hilfe und hohe Liebe brauchen, Seva (Dienst) und Prema (Liebe) zu geben, wenn er alle Geschöpfe als Meine Kinder ansieht, als seine geliebten Geschwister, als den gesegneten Ausdruck der aller innewohnenden Wahrheit, dann steige Ich in Erfüllung Meiner Rolle als Sathya Sai herab, um diesem Ergebenen zu helfen, ihn zu begleiten und ihn zu tragen. Einem solchen Yogi bin Ich immer nahe, und Meine Liebe strömt auf ihn herab.²²

Dienen hilft also unserem weltlichen Selbst. Aber es gibt da eine andere Bedeutung, wie sich selbstloses Dienen als eine sich selbst dienende Aktivität ausdrückt: wir dienen dem einen Gott, der in uns allen ist, dem höchsten, absoluten SELBST.

Das Herzstück der spirituellen Disziplin des Dienens ist es, jeden als dich selbst und dich in jedem zu sehen.²³ Tatsächlich ist es so, dass ihr den Dienst nicht anderen erweist, sondern immer nur euch selbst - dem Gott in euch, dem Gott, der auch in allen anderen Wesen gegenwärtig ist.²⁴

Alle sind Wogen desselben Meeres, vom selben Meer, gehen im selben Meer auf. Seva lehrt euch, dieses Wissen fest zu verankern.²⁵ Dienst wird demjenigen, der ihn leistet, die Einheit der ganzen Menschheit nahebringen.²⁶ Dienen vermittelt mehr als

¹⁷ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 12, Seite 59

¹⁸ Hislop, Mein Baba und ich, Seite 93

¹⁹ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 52, Seite 189

²⁰ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 5, Seite 26

²¹ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 12, Seite 59 f.

²² Hislop, Mein Baba und ich, Seite 186 f.

²³ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 8, Seite 46 (in der amerikanischen Ausgabe, auf der CD-Rom nicht gefunden)

²⁴ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 35, Seite 145

²⁵ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 50, Seite 184

²⁶ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 5, Seite 26

irgendeine andere Disziplin die Erfahrung des universalen Einsseins. Es gibt keine spirituelle Disziplin, die wirkungsvoller und lohnender wäre.²⁷

1.4. Unsere Einstellung, wenn wir Seva tun

Gott fragt nicht danach, wann und wo ihr anderen geholfen habt. Er fragt nur nach den Motiven und dem Grund, der euch dazu bewogen hat.²⁸ Der Geist gegenseitiger Hilfe und selbstlosen Dienens entwickelt Menschlichkeit und hilft der Entfaltung der im Menschen ruhenden göttlichen Natur.²⁹

Unsere Einstellung während einer Seva-Aktivität bestimmt, ob uns dieser Dienst hilft, spirituell zu wachsen. Seva, das mit einem Gefühl des Stolzes oder der Überlegenheit durchgeführt wird, mag der Person, der wir dienen helfen, aber uns hilft es nicht.

Verunreinigt euer Dienen nicht mit dem Gift der Überheblichkeit.³⁰ Ihr müsst fühlen, dass ihr euch selbst dient und dass ihr euer eigenes Ego an die Kandare legt.³¹ Engagiert euch in demütigem Dienst, und der Egoismus wird verschwinden.³²

Seva sollte auch nicht mit einer Erwartung nach Ergebnissen durchgeführt werden.

Dient nicht, um dafür belohnt und beachtet zu werden, um Dankbarkeit zu verdienen; dient nicht, um euren Stolz auf eure überlegene Geschicklichkeit, euren Reichtum, eure soziale Stellung oder eure Machtbefugnisse zu befriedigen. Dient eurem Nächsten, weil euch die Liebe dazu treibt.³³ Denn Dienen ist seine eigene Belohnung.³⁴ Sorgt euch nicht um das Ergebnis; helft soviel ihr könnt, so wirkungsvoll wie ihr könnt, so unauffällig wie ihr könnt, so liebevoll wie ihr könnt. Überlasst alles andere Gott, der euch die Gelegenheit zum Dienen gab.³⁵

Aber glaubt nicht, dass ihr durch euer Dienen die Welt unbedingt verändern könnt. Das mag geschehen oder auch nicht. Das ist nicht wichtig. Der wahre Wert eures Dienens und sein sichtbarstes Ergebnis ist die Änderung, die es in euch selbst hervorruft.³⁶

Manchmal versuchen Mitglieder das zu tun, was sie tun wollen, statt das, was getan werden muss. Sie mögen manche Aufgaben als wichtiger einstufen und andere als "weniger wünschenswert". Manche würden beispielsweise lieber Essen servieren als es aus den Supermärkten oder Bäckereien abzuholen oder anschließend sauberzumachen. Eine solche Haltung ist kontraproduktiv und eine positivere Herangehensweise ist besser.

Betrachtet keine Art des Dienens als erniedrigend. Es ist z.B. nicht unter eurer Würde, die Straßen zu fegen. Fegt ihr nicht auch zu Hause eure Stuben aus? Wascht und putzt

²⁷ Sathya Sai Baba sprichtVII, Kapitel 86, Seite 336

²⁸ Sathya Sai Baba sprichtXI, Kapitel 34, Seite 143

²⁹ Sathya Sai Baba sprichtXI, Kapitel 34, Seite 141

³⁰ Sathya Sai Baba sprichtVII, Kapitel 77, Seite 304 f.

³¹ Sathya Sai Baba sprichtVI, Kapitel 7, Seite 34

³² Sathya Sai Baba sprichtX, Kapitel 30, Seite 138

³³ Sathya Sai Baba sprichtVII, Kapitel 13, Seite 43

³⁴ Sathya Sai Baba sprichtX, Kapitel 5, Seite 27

³⁵ Sathya Sai Baba sprichtVI, Kapitel 25, Seite 90

³⁶ Sathya Sai Baba sprichtV, Kapitel 66, Seite 225

*ihr nicht alles, was schmutzig ist?*³⁷ *Dient den anderen, ohne erst zu überlegen, ob das etwas bringt oder nicht. Kein selbstloser Dienst am Nächsten gilt mehr, keiner weniger. Jeder Dienst ist gleich in den Augen des Herrn. Es ist die Bereitschaft, die Freude, die Tüchtigkeit, die Fertigkeit, mit der ihr zur Hilfe eilt, die zählt.*³⁸

Manche Leute üben während des Seva unaufhörlich Kritik, mit dem Gefühl, dass sie besser wüssten, wie bestimmte Dinge zu tun seien. Das ist eine falsche Herangehensweise: tut willig, was getan werden muss, was es auch immer ist, und bringt eure konstruktive Kritik nachher ein, wenn dieses Seva zur Vorbereitung für die nächste Aktivität diskutiert wird.

*Wie kann man einen Strich, der auf eine Tafel gezeichnet wurde, verkürzen, ohne ihn zu berühren? Die Antwort ist einfach: zeichne eine länger Linie darunter. Der Strich darüber wird automatisch kürzer wirken. Das ist es, wie ihr euer Kritikvermögen benutzen solltet: seid still und versucht, es besser zu machen, indem ihr zeigt, wie die Dinge gemacht werden sollten. Das ist konstruktiv.*³⁹

1.5. Seva und die Wiederholung des Namens Gottes

Wir verehren Gott auf verschiedene Weise – Gebet, Meditation, devotionales Singen, Wiederholung Seines Namens, selbstloses Dienen, usw. All diese Wege sind hilfreich für uns, in unterschiedlichem Maße, zu verschiedenen Zeiten, für verschiedene Menschen. Sathya Sai Baba selbst betont von Zeit zu Zeit die verschiedenen Arten der Anbetung. Zwei Formen der Anbetung ragen jedoch besonders aus Sathya Sai Babas Lehren heraus: Seva und die Wiederholung des Namens Gottes. Diese zwei spirituellen Disziplinen verstärken einander, die eine, eine nach außen auf die Welt gerichtete Handlung, die andere eine innere Aktivität, die uns hilft, uns immerzu daran zu erinnern, daß Gott in allen Lebewesen residiert. „*Die Gedanken im Himmel, die Hände helfend in der Gesellschaft!*“⁴⁰

Seva ist die beste Form der Anbetung,⁴¹ die höchste spirituelle Disziplin,⁴² die Essenz der Hingabe.⁴³ Ich möchte euch sagen, dass ihr das Glück (ânanda), das ihr durch den Dienst am Nächsten erfahrt, bei keiner anderen Tätigkeit verspüren könnt.⁴⁴ Seva ist nützlicher als die Rezitation des Namens Gottes (japa), Meditation (dhyâna) und Opferhandlungen (yajna, yâga).⁴⁵ Es gibt keine höhere Moral als die Wahrheit; es gibt kein fruchtbareres Gebet als Seva.⁴⁶

Die leichteste und wirkungsvollste spirituelle Disziplin ist die Rezitation der Namen des Herrn (nâmasmarana),⁴⁷ der Schlüssel zum Schatz der Glückseligkeit,⁴⁸ der Weg zur

³⁷ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 54, Seite 223

³⁸ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 16, Seite 65

³⁹ Schild im Verwaltungsgebäude des Sri Sathya Sai Institute of Higher Learning

⁴⁰ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 36, Seite 136

⁴¹ Sathya Sai Baba speaks III, Chapter 14, page 67 – amerikanische Ausgabe

⁴² Sathya Sai Baba speaks VI, Chapter 2, page 6 – amerikanische Ausgabe

⁴³ Sathya Sai Baba speaks V, Chapter 66, page 327 – amerikanische Ausgabe

⁴⁴ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 23, Seite 83

⁴⁵ Sathya Sai Baba spricht VIII, Kapitel 1, Seite 8

⁴⁶ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 12, Seite 63

⁴⁷ Sathya Sai Baba spricht II, Kapitel 7, Seite 29

⁴⁸ Sathya Sai Baba spricht IV, Kapitel 64, Seite 238

Befreiung in diesem Zeitalter.⁴⁹ Es ist genug, um euch all die Früchte jeder Art von spiritueller Disziplin zu geben.⁵⁰

Das bedeutet, dass ihr ständig den Namen des Herrn wiederholen müsst, damit ihr wahre Diener Gottes bleibt, während ihr den Menschen dient, oder vielmehr, damit ihr in ihnen Gott seht, der ihr wirkliches Wesen ist.⁵¹

Seid mit euren Schwestern zusammen und nehmt jede Gelegenheit wahr, anderen zu helfen, aber habt dabei den Namen Gottes auf den Lippen und seine Form vor eurem geistigen Auge.⁵²

⁴⁹ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 28, Seite 120

⁵⁰ Sathya Sai speaks III, Chapter 4, page 14

⁵¹ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 77, Seite 305

⁵² Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 39, Seite 137

Kapitel 2

Verwaltung und Richtlinien

Man kann dem Menschen auf beide der genannten Arten dienen; ihm durch das Vorbild zu dienen ist jedoch am besten.⁵³

Selbstloser Dienst sollte ein wichtiger spiritueller Programmpunkt jedes Zentrums/jeder Gruppe sein. Die Seva Koordinatoren arbeiten auf dieses Ziel hin.

Sucht nicht, Macht über andere auszuüben, sucht vielmehr Gelegenheiten zu entdecken, wie ihr ihnen nützlich sein könnt.⁵⁴

Der Seva Koordinator eines Zentrums/Gruppe ist dafür verantwortlich, Seva Aktivitäten im Zentrum zu starten, aufrecht zu erhalten und zu fördern. Teilaspekte dieses Jobs können an andere delegiert werden, aber der Seva Koordinator ist letztendlich dem Zentrumsleiter gegenüber verantwortlich, dass ein gutes Seva Programm aufrechterhalten wird. Der Seva Koordinator arbeitet eng mit dem Zentrums-/Gruppenleiter zusammen, so dass das Seva Programm einen fixen Teil der Zentrums-/Gruppenaktivitäten bildet und allen Devotees die Möglichkeit zu dienen bietet. Der Seva Koordinator wendet sich an den Nationalen Seva Koordinator, wenn er Hilfe und Rat benötigt.

Jedes Zentrum/Gruppe sollte laufende Seva Projekte haben, an denen sich die Mitglieder beteiligen. In kleinen Zentren/Gruppen mag dies zuerst nicht möglich sein. Aber, mit ein bisschen Anstrengung, werden sie nach einer gewissen Zeit Erfolg haben.

In der Ausübung ihrer Pflichten sollten Seva Koordinatoren:

- ❖ Orientierungstreffen für neue Mitglieder organisieren, um sie über das Konzept des selbstlosen Dienens als spirituelle Disziplin zu informieren.
- ❖ Regelmäßig einen Studienkreis zum Thema "Selbstloses Dienen" organisieren, um das Konzept zu diskutieren und Ideen auszutauschen.
- ❖ Wenn es das Seva Projekt erforderlich macht, Schulungstreffen organisieren.
- ❖ Die mentale Bereitschaft zum Dienen und die Gelegenheiten zum Dienen im Bewusstsein der Mitglieder wach halten. Zum Beispiel, indem man ein entsprechendes Zitat im monatlichen Veranstaltungskalender des Zentrums/Gruppe (so vorhanden) platziert oder indem ein das selbstlose Dienen betreffender Spruch nach dem devotionalen Singen vorgelesen wird. Oder indem man Mitglieder regelmäßig bittet, ihre Erfahrungen beim Dienen mit den anderen zu teilen.

⁵³ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 30, Seite 102

⁵⁴ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 67, Seite 232

Der Nationale Seva Koordinator steht den Seva Koordinatoren der Zentren und Gruppen mit Rat zur Verfügung, agiert als Verbindungsglied zwischen den Seva Koordinatoren der einzelnen Zentren/Gruppen, sowie zwischen den Seva Koordinatoren der Zentren/Gruppen und dem SSKÖ und organisiert regionale und nationale Seva Treffen. Ein solches eintägiges Seva Treffen kann nur die Seva Koordinatoren einbeziehen oder es mag eine etwas allgemeiner gehaltene eintägige Konferenz oder ein Retreat mit Schwerpunkt auf Seva sein, dass allen Mitgliedern offensteht. Er berät den SSKÖ in Seva Angelegenheiten.

Der Rest dieses Kapitels diskutiert Richtlinien für die Ausübung von Seva.

Strebt nach Einheit und Harmonie

Der einzige Zweck von Sathya Sai Seva Gruppen, der wahrhaftige Atem ihrer Existenz, ist das Bewußtsein der Einheit, des All-Eins-Seins.⁵⁵

Wenn zwischen den Mitgliedern der einzelnen Organisationsbereiche irgendein Gefühl des Hasses, der Meinungsverschiedenheit oder des Neides gegen ein anderes Mitglied entsteht, behandelt das wie eine schwere Sünde.⁵⁶ Ich wünsche, dass ihr das geringste Missverständnis, das unter euch entsteht, sofort mit Liebe und Toleranz bereinigt.⁵⁷

Manchmal erwarten wir, dass Zentren perfekt funktionieren, dass alle in perfekter, liebender Harmonie sind. Schließlich glauben wir doch alle an Sathya Sai Baba und Seine Lehren, warum sollten wir Streit haben? Jedoch, nur wenige Devotees sind spirituell so fortgeschritten! Uneinigkeit in der einen oder anderen Form auf einer persönlichen Ebene kommen auf. Sie sind nur ein Teil des "Schleifpapiers", mit dem unser Ego abgetragen wird und ihnen angemessen zu begegnen kann uns helfen, spirituell zu wachsen.

Einheit und Harmonie sollten als das Wichtigste bei allen Seva Aktivitäten betrachtet werden. Stellt euch den Meinungsverschiedenheiten ehrlich, rücksichtsvoll, liebevoll und mit dem Verständnis, dass verschiedene Ansichten die gleiche Wertigkeit haben können. Denkt daran, der Prozeß, eine Unstimmigkeit zu lösen, ist oft wichtiger als die eigentliche Lösung. In Harmonie mit dem zu sein, was du tust, ist genauso wichtig, wie es zu tun. Übergib alle Schwierigkeiten Gott und versuche, mit allen klar und liebevoll zu kommunizieren.

Sorgt für konstantes Seva

Der Leiter des Projekts sollte sich dessen bewusst sein, dass die Leute manchmal nicht imstande sind, ihre Verpflichtungen einzulösen – sie vergessen, andere Probleme tauchen auf, die sofortiger Aufmerksamkeit bedürfen, etc. Aber wenn das Zentrum die Verpflichtung eingegangen ist, einen Dienst zur Verfügung zu stellen, dann sollte das eingehalten werden. Der Leiter muß auf solche Möglichkeiten vorbereitet sein und alternative Pläne bereit haben. Und wenn ein Mitglied seine Pflicht versäumt hat, vergebte ihnen und gebt ihnen eine neue Chance.

⁵⁵ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 63, Seite 220

⁵⁶ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 36, Seite 166

⁵⁷ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 61, Seite 230

Dient, macht keine Reklame!

*Denkt nicht, daß es eure Aufgabe ist, für Sai Propaganda zu machen und von Sathya Sai und seiner Botschaft zu sprechen. Das ist nicht richtig.*⁵⁸

Unsere Absicht ist es, Seva als eine spirituelle Aktivität zu tun. Es ist nicht unsere Aufgabe, Sathya Sai Baba publik zu machen.

An bestimmten Punkten während eines Seva Projektes mögt ihr gefragt werden, zu welcher Gruppe ihr gehört. Es ist angemessen, die Sathya Sai Organisation zu erwähnen. Wenn ihr weiter befragt werdet – abhängig von eurem Gefühl, wie das Gespräch verläuft – sagt einfach, dass wir eine Organisation des selbstlosen Dienens sind, oder sagt, dass wir eine spirituelle Gruppe sind, die an den einen Gott, der die Grundlage aller Religionen ist, glaubt, oder geht mehr ins Detail über die Lehren Sathya Sai Babas.

Setzt die Mitglieder nicht unter Druck, Seva zu tun

*Inhaber bestimmter Positionen in dieser Organisation sind Führer, die selber die Hauptlast tragen und Leiter, die den Weg beschreiben, auf den sie andere führen möchten. Sie sollen weder kommandieren noch bestrafen; sie können nur überzeugen und beraten.*⁵⁹

Mitglieder, die ablehnen, sich zu beteiligen, sollten nicht kritisiert werden. Sie mögen im Stillen viel mehr individuelles Seva tun, als irgendein anderes Mitglied, sie mögen zu viele Verpflichtungen in ihrer Familie oder ihrer Arbeit haben, oder sie sind einfach nicht bereit, viel Zeit mit Gruppenseva zu verbringen. Urteilt nicht über den Einsatz von anderen. *Doch wie könnt ihr wissen, sagt Sathya Sai Baba, was im Herzen eines anderen vor sich geht?*⁶⁰

Diejenigen, die andere dafür kritisieren, dass sie nicht an Seva Aktivitäten teilnehmen, verspüren womöglich selbst keine Freude, wenn sie Seva tun, sondern betrachten es als eine Bürde. Wenn andere die Freude sehen, die ihr durch Seva erlangt, werden sie auch daran teilhaben wollen.

Es ist angemessen, Mitglieder und gleichermaßen Nicht-Mitglieder einzuladen, sich den Seva Aktivitäten anzuschließen.

Diejenigen, die ihre Zustimmung geben, an Seva Aktivitäten teilzunehmen, sollten diese Verpflichtung ernst nehmen, so wie sie einen regulären Job ernst nehmen würden. Ja, es wird Zeiten geben, wo es dir nicht möglich sein wird zu kommen, aber die Gründe dafür sollen nicht banal sein.

⁵⁸ Sathya Sai Baba spricht IX, Kapitel 35, Seite 144

⁵⁹ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 36, Seite 165

⁶⁰ Sathya Sai Baba spricht I, Kapitel 2, Seite 11

Reduziert den Umgang mit Geld auf ein Minimum

Geldsammlungen sind der Bewegung so wenig dienlich wie Feuer dem Wasser.⁶¹ Geld ist grundsätzlich eine trübe Sache (rajoguna), verbunden mit Gefahr und Schaden.⁶² Geld ist die Hauptursache für alle Mißverständnisse und Zwistigkeiten. Haltet es im Hintergrund, messt ihm die geringste Bedeutung zu.⁶³

Die Sathya Sai Organisation versucht, so wenig wie möglich mit Geld zu tun zu haben. Die folgende Geschichte illustriert, wie dies gehandhabt werden kann. Ein Devotee wollte dem Zentrum Geld als ein Seva geben, um für die Blumen, die jede Woche auf dem Altar platziert werden, zu zahlen. Nach einer kleinen Diskussion entschied sie, die Blumen selbst zu bringen und sie auf dem Altar zu arrangieren. Diese Lösung hatte zwei Vorteile. Zum Einen wurde kein Geld zwischen Devotees ausgetauscht. Zum Zweiten war es dem Devotee möglich, ein echtes Seva zu leisten, das ihre Zeit und Fertigkeit im Aussuchen und Arrangieren der Blumen in Anspruch nahm, anstatt einfach Geld zu geben.

Lasst diejenigen, die ein Seva durchführen, soweit als möglich selbst mit dem Geldaspekt umgehen.

Einige Seva Projekte erfordern Geld. Wenn das Projekt beispielsweise darin besteht, hundert Leute zu speisen, mag es von Vorteil sein, die Ressourcen zu bündeln und alle Lebensmittel auf einmal zu kaufen. In solchen Fällen gibt uns Sathya Sai Baba einen Rat und sagt uns, wie wir mit Geld umgehen sollen.

Laßt nur Mitglieder einen Beitrag entrichten.⁶⁴

Schätzt zuerst, wie groß die Ausgaben sein werden. ... Stellt eine abgeschlossene Büchse mit einem Schlitz im Deckel in einem zusätzlichen Zimmer auf. Dann lasst jeden einzelnen in dieses Zimmer treten und so viel wie er glaubt geben zu können, in die Büchse werfen. Er kann zurückkommen, ohne etwas hineingeworfen zu haben. Er hat die freie Entscheidung, so zu verfahren; es gibt keinen Zwang. ... Wenn sich ein Überschuss ergibt, dann bewahrt ihn auf für die nächste Gelegenheit. ... Bedient euch keiner Listen, Aufrufe und Empfangsbücher, der ganzen schwerfälligen Angelegenheit einer Geldsammelaktion. ... Verfährt in dieser stillen und geheiligten Weise, die den heiligen Zielen, die ihr habt, gemäß ist.⁶⁵

⁶¹ Sathya Sai Baba spricht VIII, Kapitel 6, Seite 30

⁶² Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 67, Seite 233

⁶³ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 67, Seite 234

⁶⁴ Sathya Sai Baba spricht VIII, Kapitel 6, Seite 30

⁶⁵ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 7, Seite 36 f.

Kapitel 3

Organisation und Durchführung von Seva-Projekten

Sie (die Organisation) muss ihre Mitglieder unentwegt dafür begeistern und dazu erziehen, sich im Ausüben des Dienstes (sâdhana) zu engagieren.⁶⁶

Ein neues Seva Projekt starten

Ein Seva Projekt sollte nur dann gestartet werden, wenn das Zentrum/Gruppe die Situation gründlich durchleuchtet und genug Engagement der Mitglieder zur Ausführung zur Verfügung hat. Das bedeutet, erst ein Treffen, um über die Idee zu sprechen, zu haben, dann die Möglichkeiten zu ergründen, vielleicht in Verbindung mit einer Freiwilligenorganisation, zu planen und schließlich eine Verpflichtung einzugehen. Das mag einige Wochen oder Monate in Anspruch nehmen. Einige Punkte, die bedacht werden sollten, sind nachstehend angeführt.

- ❖ Was ist der Bedarf der Gemeinschaft?
- ❖ Wo liegen die Interessen und Talente der Zentrums-/Gruppenmitglieder?
- ❖ Betont dieses Projekt Teamwork, Kooperation und Harmonie mehr als spezielle Fähigkeiten und Aufgaben, die nur von einigen wenigen ausgeführt werden können?
- ❖ Welche Verpflichtung ist von den Zentrums-/Gruppenmitgliedern gefordert? Sind sie willens, sich für eine Aktivität im Monat oder einige Stunden pro Woche zu verpflichten?

Es ist besser, mit einem kleinen Projekt zu beginnen und es auszuweiten, wenn das Zentrum Erfahrung gewonnen hat, als groß zu beginnen und dann aufzuhören. Konsequenz und Verpflichtung sind wichtig. Wenn wir sagen, daß wir ein Projekt durchführen, dann sollten wir es durchführen. Es ist also besser, für eine Zeit bei einem Projekt zu bleiben, als dauernd von einem zum anderen zu springen. Schlussendlich denkt daran,

Seva sollte ein lokales Bedürfnis befriedigen, eine lokale Schwierigkeit lösen.⁶⁷

Ein Seva Projekt mag gänzlich unter der Schirmherrschaft des Zentrums durchgeführt werden. Manche Zentren jedoch entscheiden stattdessen, einer sozialen oder religiösen Organisation zu helfen. Ein Zentrum könne beispielsweise regelmäßig der Heilsarmee (in Amerika) oder einer Kirchengemeinde helfen, die Bedürftigen zu speisen. Beide Methoden des Dienens sind gleich nützlich als spirituelle Disziplin.

Regelmäßige Evaluierung eines Projekts

Nachdem ein Projekt beendet ist (bei andauernden Projekten in regelmäßigen Abständen), sollte eine Sitzung einberufen werden, bei der alle dieses Projekt diskutieren und ihre konstruktive Kritik zur Verbesserung einbringen können. Jeder, der an dem Projekt

⁶⁶ Sathya Sai Baba spricht X, Kapitel 3, Seite 21

⁶⁷ Sathya Sai speaks X, Chapter 8, page 44 – amerikanische Ausgabe

teilgenommen hat, sollte eine Möglichkeit haben, sich einzubringen, und die Leiter sollten sich bewusst sein, dass andere gute Ideen haben mögen. Anerkennt diejenigen, die teilgenommen haben. Das Ziel der Diskussion ist es, die Seva Projekte effektiver zu gestalten und Einheit unter den Zentrums-/Gruppenmitgliedern zu entwickeln. Eine Entscheidung durch Konsens ist einer Abstimmung, bei der eine Seite gewinnt und eine verliert, vorzuziehen. Behaltet immer Sathya Sai Babas Botschaft im Kopf, dass *der einzige Zweck von Sathya Sai sevâ-Gruppen, der wahrhaftige Atem ihrer Existenz, das Bewusstsein der Einheit ist.*⁶⁸

Gemeinsame Seva Projekte

Die verschiedenen Abteilungen der Sai Organisation müssen die Erkenntnis dieser Einheit in der Vielfalt durch ihr Vorbild fördern.⁶⁹ Entwickelt vor allen Dingen Einheit und Brüderlichkeit.⁷⁰

Ein Sai Devotee aus Amerika erzählte: "Eine einzigartige Partnerschaft und der Geist der Zusammenarbeit hat sich durch unsere gemeinsamen Seva Projekte zwischen den Zentren unserer Stadt entwickelt."

In Städten oder Bundesländern mit mehr als zwei oder mehr Sai Zentren oder Gruppen kann sich ein effektiver Geist der Zusammenarbeit entwickeln, wenn man Seva Projekte teilt. Das erlaubt, größere, längerfristige Seva Projekte zu unternehmen. Dies ermöglicht auch Mitgliedern kleinerer Zentren oder Gruppen an größeren Anstrengungen teilzuhaben, ohne sich überwältigt zu fühlen. Und es erhöht die Chance, Freiwillige zu finden, die einspringen, wenn eine Person bei einem laufenden Seva Projekt einmal fehlt.

Gemeinsame Anstrengungen in den amerikanischen Sai Zentren haben eine Menge von kontinuierlicher Kommunikation und gemeinsamen Teilens geschaffen. Die Seva Koordinatoren sind in ständigem Kontakt. Im allgemeinen heißt jeder jeden willkommen und lädt andere dazu ein, sich den Projekten anzuschließen, und Sathya Sai Babas Ziel der Einheit wird mehr und mehr zur Realität.

Individuelle Seva Projekte

"Das wichtigste, das ich beim Ausüben von Seva entdeckt habe, ist, dass, wenn du den starken Drang verspürst, ein Seva Projekt zu tun, dann tu es! Selbst wenn du es alleine tun musst. Schließlich werden andere kommen, um zu helfen – das starke Engagement einer Person wird die anderen motivieren."
(Zitat von einem amerikanischen Sai Devotee)

Mitglieder eines Zentrums oder einer Gruppe mögen in individuelles Seva involviert sein, genauso wie (oder anstatt) in Gruppenseva Projekte. Die Seva Aktivität muss nicht notwendigerweise mit dem Zentrum/der Gruppe in Verbindung stehen. Manche ziehen es vor, alleine zu arbeiten oder Seva Aktivitäten auszuführen, die nur von einer Person getan werden können. Individuelles Seva mag in stillerer Weise getan werden, in einem privateren Rahmen und mag weniger Ego aufblähend sein. Versuche beides und sieh, was für dich am besten passt.

⁶⁸ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 63, Seite 220

⁶⁹ Sathya Sai Baba spricht XI, Kapitel 8, Seite 32

⁷⁰ Sathya Sai Baba spricht IX, Kapitel 45, Seite 173

Es gibt hunderte Möglichkeiten für individuelle Seva Aktivitäten. Die einzige Grenze ist deine Fantasie. Bete zu Sathya Sai Baba, dass Er dir ein Seva Projekt schicken möge, das deinen Fähigkeiten am besten entspricht und das deiner spirituellen Entwicklung am dienlichsten ist – und dann halte Ausschau danach, denn du kannst nicht wissen, wie es dir gezeigt wird!

*Seva muss ausgerichtet sein auf die Beseitigung physischer Not, auf die Linderung seelischer Qualen und auf die Erfüllung geistigen Sehns.*⁷¹

Die nachstehenden Listen zeigen einige der individuellen Seva Projekte, die von Sathya Sai Devotees aus Österreich und Amerika durchgeführt werden.

Individuelle Seva Projekte, die von österreichischen Sai Devotees durchgeführt werden:

- ❖ Haustiere, deren Besitzer im Krankenhaus, etc. ist, beaufsichtigen,
- ❖ Kinderbetreuung für alleinstehende Mütter oder Väter übernehmen,
- ❖ Besuche bei einsamen Insassen im Altersheim (gemeinsames Spaziergehen, Vorlesen, Zuhören, Gesellschaftsspiele, Bastelarbeiten),
- ❖ Betreuung alleinstehender Menschen,
- ❖ Hospizbesuche,
- ❖ Ernährungsberatung,
- ❖ Abhol- und Botendienste

Individuelle Seva Projekte, die von amerikanischen Sai Devotees durchgeführt werden:

- ❖ Care-Pakete an ältere eingeborene Amerikaner, die bedürftig sind, schicken,
- ❖ in Schulen aushelfen,
- ❖ Blinden vorlesen oder für sie Kassetten aufnehmen,
- ❖ Bei einer Konferenz für die Sehbehinderten aushelfen,
- ❖ bei Lese- und Schreibkursen für Erwachsene helfen,
- ❖ Englisch-Unterricht für nicht Englischsprachige,
- ❖ Fahrer für "Essen auf Rädern" und ähnliche Programme,
- ❖ Spitals- und Hospizdienste,
- ❖ Selbstmordpräventionsprogramme,
- ❖ Katastrophentraining beim Roten Kreuz,
- ❖ Arbeit in kostenfreien Spitälern,
- ❖ Freiwillige für das Programm "Freundliche Besucher für die Älteren",
- ❖ Freiwillige Feuerwehr,
- ❖ Obdachlose speisen und kleiden,
- ❖ Ältere oder Heiminsassen anrufen

⁷¹ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 7, Seite 37

Selbstloses Dienen für Kinder und Teenager

Seid euch vor allen Dingen bewusst, dass Kinder ein wertvoller Schatz sind. Es ist eure Aufgabe, sie zu treuen Dienern Gottes zu erziehen und sie auf den spirituellen Weg zu führen.⁷² Kinder müssen in einer Atmosphäre der Achtung, der Verehrung, Hilfsbereitschaft und Zusammenarbeit aufwachsen.⁷³ Dieses hohe Ideal des Dienens als spirituelle Übung (sâdhana) muss durch Erziehung vermittelt werden.⁷⁴

Seva ist für Kinder genauso förderlich wie für Erwachsene. Durch Seva können auch Kinder Liebe und Mitgefühl entwickeln und sich bewusst werden, dass Gott in uns allen ist.

Das Erziehungsprogramm eures Zentrums/eurer Gruppe hat die Aufgabe, Kinder über selbstloses Dienen zu lehren und im Rahmen des Bal Vikas Programmes Seva Projekte für sie zu organisieren. Wenn ihr Fragen betreffend Seva für Kinder haben solltet, kontaktiert euren SSE Koordinator.

Kinder können auch regelmäßig in ständige Seva Projekte einbezogen werden. Ältere Menschen beispielsweise, in Altenheimen oder ihren eigenen Wohnungen, sind erfreut über die Anwesenheit von Kindern. Natürlich werden manche Seva Projekte nicht geeignet für Kinder sein, hier ist Unterscheidungsvermögen gefragt. Zum Beispiel sind Seva Aktivitäten, bei denen man Kontakt mit Drogenabhängigen hat, oder Situationen, die Kindern Angst einjagen könnten, nicht dafür geeignet.

Teenager mögen Probleme mit einem Sathya Sai Programm, das nur aus devotionalem Singen, Meditation und Studienkreis besteht, haben. Teenager wollen mehr Aktivität und Bedeutung. So haben manche Eltern Schwierigkeiten, ihre Kinder in Sai Aktivitäten zu engagieren. Seva kann das Programm sein, das "die Teenager anturnt" und ihr Interesse aufrechterhält. In einem amerikanischen Zentrum treffen sich die jungen Erwachsenen dreimal im Monat, um Seva zu tun, und haben ihren eigenen Studienkreis in der vierten Woche.

Lasst die Kinder mit dem selbstlosen Dienen beginnen, wenn sie noch jung sind, lehrt sie den Wert selbstlosen Dienens und gibt ihnen mehr und mehr Möglichkeiten und Verantwortungen in Seva Programmen, wenn sie zu Teenagern und jungen Erwachsenen heranwachsen.

⁷² Sathya Sai Baba spricht II, Kapitel 34, Seite 133

⁷³ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 8, Seite 26

⁷⁴ Sathya Sai Baba spricht VII, Kapitel 86, Seite 336

Kapitel 4 Seva Projekte

4.1. Speisung von Hungrigen

Nach einer kleinen Ruhepause stellte der König seinem Gastgeber die Frage, die sein Gehirn quälte: „Was ist der beste Dienst?“ Der Einsiedler sagte: „Einem durstigen Menschen einen Becher Wasser zu reichen.“ „Und was ist die beste Zeit, diesen Dienst zu erweisen?“ Die Antwort war: „Wenn er, auf der Suche nach ihm, einen langen, einsamen Weg hinter sich hat.“⁷⁵ Die Hungrigen zu speisen ist die beste Art von Seva.⁷⁶ Wenn die Hausfrau Reis für die Familie kocht, möge sie eine Hand voll beiseite tun als Opfertgabe für Swami, und am Wochenende kann sie drei oder vier hungrige Leute mit diesem „geopferten Reis“ satt machen.⁷⁷

Bevor wir damit begannen, in einem Obdachlosenheim an den Sonntag Morgen Essen zu servieren, stand Gewalt auf der Tagesordnung. Der Direktor des Obdachlosenheims erzählte uns, dass es keine Gewalt mehr gibt, seit wir begonnen haben, Essen zu teilen. (von einem amerikanischen Sai Devotee)

Gerade heutzutage ist das Speisen von Hungernden eine der populärsten Formen des Dienens in Sathya Sai Zentren. Die Hungrigen zu speisen kann viele Formen annehmen, von denen einige nachstehend in der Reihenfolge steigender Verantwortung und Arbeitseinsatzes angeführt sind.

- ❖ Bringt (vegetarische) Lebensmittelkonserven und Säcke mit Nahrungsmitteln in euer Zentrum, um es später einer Hilfsorganisation zukommen zu lassen.
- ❖ Arrangiert Lebensmittelkörbe und liefert sie an Heiminsassen.
- ❖ Helft einer anderen Organisation (z.B. der Heilsarmee) beim Zubereiten und Servieren von Nahrung, sowie beim anschließenden Saubermachen.
- ❖ Bereitet Jausensäckchen (Sandwichs, Obst, Kekse, etc.) vor und verteilt sie.
- ❖ Übernimmt die volle Verantwortung für die Zubereitung und das Servieren einer Mahlzeit für Obdachlose.

Was euer Zentrum/eure Gruppe tut, um die Hungrigen zu speisen, hängt von der Größe des Zentrums/der Gruppe ab und von der Zeit, die die Mitglieder für ein solches Seva aufbringen können. Dieses Seva kann an Feiertagen, monatlich oder wöchentlich durchgeführt werden. Zu Beginn solltet ihr langsam anfangen und Erfahrung und Selbstvertrauen sammeln. Ihr müsst imstande sein, eure eingegangenen Verpflichtungen auf konsequente Weise einzuhalten. Eine regelmäßige Evaluierung der Seva Aktivität ist sinnvoll; die Bedürfnisse mögen sich wandeln und eure Ressourcen könnten besser in eine andere Aktivität eingebracht werden.

⁷⁵ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 11, Seite 55

⁷⁶ Sathya Sai Baba spricht IX, Kapitel 37, Seite 147

⁷⁷ Sathya Sai Baba spricht VIII, Kapitel 6, Seite 30

Zitate von amerikanischen Devotees zum Dienst für die Hungrigen:

- ❖ Nach einigen Besuchen entwickelte sich eine persönliche Berührtheit und Mitgefühl.
- ❖ Da unsere Mahlzeiten hausgemacht sind, haben die Leute das Gefühl, dass wir uns etwas aus ihnen machen.
- ❖ Unser Anblick bringt ein Lächeln auf die sonst grimmigen Gesichter.
- ❖ Sie lieben unsere Suppe wirklich – sie ist nahrhaft und hausgemacht.
- ❖ Durch die Straßen zu gehen, Obdachlose zu finden, "Hallo" zu sagen und ihnen ein Sandwich anzubieten, ist ein berührendes Erlebnis.

Ehrenamtlich bei einer lokalen Sozialorganisation mitzuarbeiten ist ein guter Weg für den Anfang. Euer Zentrum/eure Gruppe kann dabei etwas über die Seva Aktivität lernen und Erfahrungen sammeln, ohne gleich von Anfang an die volle Verantwortung zu tragen. Wenn ihr einer anderen Organisation helft, befolgt genauestens ihre Richtlinien und Regeln anstatt zu versuchen, ihnen eure eigenen Vorlieben aufzuzwingen.

Wenn ihr beispielsweise entscheidet, einer Organisation zu helfen, die Fleisch serviert, dann helft ihnen, ohne euch zu beschweren oder zu versuchen, ihre Gewohnheiten zu ändern. Bei einer Aktivität, die ausschließlich von Sathya Sai Zentrum ausgeführt wird, soll jedoch vegetarisches Essen gereicht werden.

Bezieht, sofern es möglich ist, Kinder sowohl in die Zubereitung als auch in das Servieren des Essens mit ein. Es ist eine wundervolle Erfahrung für sie. Aber stellt sicher, dass sie gut beaufsichtigt sind und grundlegende Sicherheits- und Hygienemaßnahmen befolgt werden.

Spezielle Tips für das Speisen von Hungernden

- ❖ Behandelt die Leute, denen ihr dient, als eure Gäste. Seid freundlich. Sprecht mit ihnen, sowohl während der Mahlzeit als auch danach.
- ❖ Serviert ihnen eine Mahlzeit, die ihr selbst auch essen würdet. Dann findet heraus, ob es ihnen geschmeckt hat. In unserem Eifer, das Essen gesund zu halten, mögen wir es geschmacklos oder seltsam zubereiten. Ja, serviert gesundes Essen, aber stellt sicher, dass es die Leute auch essen können.
- ❖ Wenn ihr Essen an Heiminsassen ausliefert, fragt sie jedesmal, was sie das nächste Mal gerne hätten; wenn ihr könnt, besorgt ihnen irgendetwas besonderes, das sie benötigen.
- ❖ Mit der Zeit wird es euch vielleicht gelingen, eine Liste von Restaurants, Bäckereien und Supermärkten zusammenzustellen, die euch übriggebliebenes Essen für die Speisung der Hungernden zur Verfügung stellen. Das ist ein guter Weg, die Verschwendung in unserer Gesellschaft zu reduzieren.
- ❖ Großhandelsgeschäfte verkaufen Lebensmittel billiger, in großen Mengen – vom Gemüse bis zu vorbereiteten Tiefkühl-desserts oder Keksbäckmischungen.

- ❖ An einigen Morgen in der Woche kann ein Zentrum Bananen, Orangensaft oder heißen Kakao zu den Arbeitslosen, die auf der Straße nach Jobs Ausschau halten, bringen. (In Österreich könnten das Obdachlose, drogensüchtige Kinder, die auf der Straße sind oder ähnliche Zielgruppen sein.)

Seva zu Feiertagszeiten

*Sai ist in jeder von ihnen, deshalb verdienen sie alle eure Ehrerbietung und euren Dienst.*⁷⁸

Feiertage können freudige Anlässe sein – für die, die genug zu essen, Kleidung und ein Dach über dem Kopf haben. Für die Armen, die Hungrigen, die Mittellosen oder Einsamen können Feiertage traurig und deprimierend sein. Wir können unsere eigene Stimmung wie auch die derjenigen, denen wir dienen, heben, wenn wir an den Feiertagen ein bißchen mehr tun. Hier sind ein paar Beispiele:

- ❖ Stellt Weihnachtskarten und Briefmarken für ein Pflegeheim zur Verfügung. Hilft den Insassen die Karten zu schreiben, wenn sie das wollen (manche Leute mögen die Gelegenheit, einen Brief zu diktieren, willkommen heißen).
- ❖ Adoptiert zu Weihnachten eine Familie. Versorgt sie nicht nur mit Essen, sondern auch mit Kleidung, neuen oder gebrauchten Spielsachen für die Kinder, Weihnachtsgeschenken für alle Mitglieder der Familie und eurer Zeit. Kontaktiert die Familie schon in voraus und findet heraus, was sie brauchen oder gerne hätten.
- ❖ Bastelt Weihnachtskarten für Pflegefälle.
- ❖ Bleibt das ganze Jahr über mit der Familie, die ihr zu Weihnachten adoptiert habt, in Kontakt und hilft ihnen aus, wenn sie es brauchen.
- ❖ Gestaltet eure Seva Aktivitäten an Feiertagen mit einer speziellen Note, die den Charakter des Feiertags ausdrückt. Ihr könnt beispielsweise Osterkörbchen für Kinder zu Ostern bereithalten, den Leuten zum Erntedank kleine Kürbisse mitgeben, Blumen für die Frauen am Muttertag verschenken oder Valentinstagskarten für alle am Valentinstag geschrieben haben. Ihr könnt die Tische mit Tischtüchern, Blumen und Kerzen für den Anlaß dekorieren.
- ❖ Zu Weihnachten gab ein Zentrum (in Amerika) allen, die gespeist wurden, Socken und Schimützen zum Geschenk.
- ❖ Geht Weihnachtslieder in die Altenheime singen – und bringt Kekse mit.
- ❖ Dekoriert ein Obdachlosenheim oder ein Pensionistenheim für einen anstehenden Feiertag.
- ❖ Ein Zentrum (in Amerika) hält an jedem nationalen Feiertag kleine, hausgemachte "Leckerlis" für hundert Essenstabletts in der lokalen Suppenküche bereit. Zum Beispiel: Ein Brownie (großer Schokokeks) mit einem liebevollen Gedicht zum Erntedankfest, herzförmige Kekse am Valentinstag und bunte Ostereier zu Ostern.

⁷⁸ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 45, Seite 153

4.2. Spitalsbesuche

Die Mitglieder der Sathya Sai Hilfsorganisationen müssen sich aktiv daran beteiligen,... den Patienten in den Krankenhäusern zu dienen.⁷⁹

Behaltet auch ihr Gott immer als „Schrittmacher“ in euren Gedanken, ob ihr nun im Krankenhaus den Patienten dient oder die Rinnsteine auf den Märkten säubert. Das ist die höchste Form spiritueller Anstrengung (sâdhana).⁸⁰

Spitäler haben im Allgemeinen ein Freiwilligenprogramm, das verschiedene Möglichkeiten für Seva bietet. Im Rettungsdienst mitzuarbeiten ist eine solche Möglichkeit. Freiwillige müssen üblicherweise ein Trainingsprogramm absolvieren, um sie für die verschiedenen Fertigkeiten, die für die Aufgabe benötigt werden, vorzubereiten.

Einige Spitäler haben Langzeitpatienten, die sich freuen, ein freundliches Gesicht zu sehen und jemanden zum Reden zu haben. Bringt Blumen, Zeitschriften und ein Lächeln mit.

Verbunden mit dem Spital mag es ein Hospiz-Programm geben, um den unheilbar Kranken und ihren Familien zu helfen, indem man den Familien ihre Verantwortung, sich um den sterbenden Patienten zu kümmern, etwas erleichtert. Für ehrenamtliche Mitarbeiter an diesem Programm ist normalerweise ein eingehendes Trainingsprogramm in Angelegenheiten, die den Tod und das Sterben betreffen, vorgesehen.

4.3. Besuche in Pflegeheimen

Geht mit den Alten und Gebrechliche um wie mit einer seltenen Blume oder einer kostbaren Frucht.⁸¹

In unserer westlichen Kultur tendieren wir dazu, die Älteren zu vernachlässigen. Wir haben keine Großfamilien, die zusammenleben, wenn also die Pflege der Älteren zur Last wird, geben wir sie in ein Pflegeheim. Dort können sie vernachlässigt sein, sich langweilen oder einsam sein. Pflegeheime sind also ein guter Ort, um Seva zu tun.

Besucht regelmäßig dasselbe Pflegeheim, denn die Insassen freuen sich darauf, sich mit denselben Leuten zu unterhalten. Lasst die Kinder in eurem Zentrum voll an diesem Seva teilnehmen. Die Insassen freuen sich normalerweise über Kinder und es ist auch eine gute Erfahrung für die Kinder.

Besuche in Pflegeheimen beinhalten meistens, mit den Insassen zu singen. Jedoch kann auch eine persönlichere Betreuung erhebend sein. Ihr könntet beispielsweise im Voraus herausfinden, welche Insassen in diesem Monat Geburtstag haben und den Besuch zu einer Geburtstagsfeier für sie gestalten. Sorgt für eine Geburtstagstorte und andere Erfrischungen, dekoriert den Ort mit Ballons, singt "Happy Birthday" für sie und gebt ihnen ein kleines Geschenk, etwas, das sie brauchen können (Toiletteartikel, etc.).

Fragt, bevor ihr geht, beim Pflegeheim nach, ob sie erlauben, dass Essen mitgebracht wird, manchmal ist das verboten. Wenn ihr Erfrischungen zur Verfügung stellt, denkt daran, dass

⁷⁹ Sathya Sai Baba sprichtXI, Kapitel 34, Seite 142

⁸⁰ Sathya Sai Baba sprichtXI, Kapitel 34, Seite 142

⁸¹ Sathya Sai Baba sprichtV, Kapitel 25, Seite 88

ältere Leute oft spezielle Diäten einhalten müssen. Passt besonders auf Diabetiker auf. Wir tendieren dazu, zu viel Essen, das Zucker enthält, wie Kuchen und Kekse, mitzubringen. Sorgt für eine Alternative, die keinen Zucker enthält. Stellt bekömmliches Obst (wie Bananen) zur Verfügung, das die Leute mit ins Zimmer nehmen können, wenn sie es nicht gleich essen wollen.

Sorgt für wirkliche persönliche Aufmerksamkeit. Jeder Devotee könnte eine Person "adoptieren", um mit ihr bei jedem Besuch zu sprechen. Helft Leuten, Briefe zu schreiben, stellt das Schreibmaterial, Postkarten, etc. zur Verfügung, aber schreibt auch, was sie diktieren, wenn es notwendig ist (bringt zu Weihnachten Karten mit). Helft ihnen, Anrufe zu tätigen.

Hier sind ein paar weitere Möglichkeiten:

- ❖ Wenn es passend ist, nehmt einige Insassen zu einem Ausgang mit, z.B. zu einem Picknick, einem Besuch im Museum, zum Kegeln, zu Theaterstücken, etc.
- ❖ Spielt Bingo oder andere Spiele mit ihnen.
- ❖ Laßt die Bal Vikas Kinder Instrumente vorspielen und einfache Lieder singen.

Zitate von amerikanischen Devotees, die Pflegeheime besucht haben:

- ❖ Gerade vor zwei Wochen haben uns die diensthabenden Schwestern erzählt, dass die Musik und der Gesang einige in sich zurückgezogene Patienten dazu gebracht hat zu lächeln und empfangsbereit zu werden.
- ❖ Die Insassen sagten, dass sie ohne unsere Hilfe keine Karten an ihre Lieben schicken hätten können, da sie nicht mehr schreiben oder Karten und Porto besorgen können.
- ❖ Die älteren Leute freuen sich darauf, die Kinder zu treffen und erfreuen sich an ihrer Gesellschaft. Sie wollen nicht, dass wir gehen, und sie bitten uns, wieder zu kommen.
- ❖ Wir haben entdeckt, dass die Insassen nur Liebe und das Gefühl, dass sich jemand um sie kümmert, wollen, es ist genug, mit ihnen zu sprechen und sie zu trösten.
- ❖ Eine ältere, ans Bett gefesselte Dame erzählte mir, dass niemand sonst in ihr Zimmer käme und Zeit mit ihr verbrächte.
- ❖ Das Personal erzählt uns, dass die Insassen nach unserem Besuch besser schlafen.

4.4. Seva innerhalb des Zentrums oder der Gruppe

*Wenn ihr hier den Sai-Devotees dient, dient ihr Sai, denn ihr seht Sai in ihnen; ihr verehrt Sai in ihnen und wollt dem Sai in ihrem Herzen eine Freude bereiten.*⁸²

*Was auch kommen mag, gebt diese Organisation nicht auf. Seht sie an, als sei sie euer Lebensatem. Das ist wahrer Dienst.*⁸³

⁸² Sathya Sai Baba spricht V, Kapitel 66, Seite 227

⁸³ Abschlußansprache der 5. Weltkonferenz 1990, CD-Rom Seite 56

Es gibt soviel Seva, das im Zentrum oder der Gruppe selbst zu tun ist – die Liederbücher für das devotionale Singen auf Stand zu halten, die Räumlichkeiten sauber zu halten, den Altar vorzubereiten, Blumen zu bringen und zu arrangieren, Studienkreise zu leiten, einen monatlichen Terminplan vorzubereiten und zu verteilen, und so weiter. All diese Aktivitäten, wenn sie mit der richtigen Einstellung durchgeführt werden, stellen einen selbstlosen Dienst dar.

Vergeßt nicht den persönlichen Aspekt. Nur weil Zentrums- oder Gruppenmitglieder Devotees sind, dürft ihr nicht annehmen, dass ihnen keine Schwierigkeiten im Leben begegnen. Wenn jemand für einige Wochen nicht kommt, findet heraus warum, ruft an und hilft ihnen, wenn sie Kummer haben. Wenn jemand im Spital ist, besucht sie, so wie ihr einen engen Freund oder einen Verwandten besuchen würdet.

4.5. Interessante Gruppenprojekte

*Seva sollte ein lokales Bedürfnis befriedigen, eine lokale Schwierigkeit lösen; imitiert nicht nur.*⁸⁴

Nachfolgend werden einige interessante Projekte, die von Sathya Sai Zentren und Gruppen in den Vereinigten Staaten (US) und Österreich (A) unternommen wurden, bzw. Anregungen zum selbstlosen Dienen, die dem Buch "Der königliche Weg", herausgegeben von der Sathya Sai Philosophischen Vereinigung, (SSPV) entnommen sind, aufgelistet.

- ❖ In Kinderheimen zu besonderen Anlässen Ausflüge, Spiele, etc. veranstalten. (A)
- ❖ In Altersheimen zu besonderen Anlässen wie Mutter- oder Vatertag, Nikolaus, Geburtstag, musizieren und singen. (A)
- ❖ SOMA Sozialmarkt: Produkte, die kurz vor dem Ablauf sind, werden zu symbolischen Preisen sozial Bedürftigen angeboten. (A)
- ❖ Weihnachtspackerl für die SOMA-Läden machen. (A)
- ❖ Tagesausflüge für Bedürftige, einsame oder alte Menschen organisieren. (A)
- ❖ Umwelt-Seva-Ausflüge: Müll in Parks, Wald und Wiesen, Almen oder Flusslandschaften entfernen. (A)
- ❖ In Obdachlosenheimen Essen kochen. (A)
- ❖ Regelmäßiger Brot-Abholdienst aus Geschäften und Verteilung in Obdachlosenheimen. (A)
- ❖ Jugendaktivitäten in Heimen und Jugendtreffpunkten unterstützen. (A)
- ❖ Ein Gemüsefeld bebauen und die Ernte für Wohlfahrtseinrichtungen, Asylwerber oder Obdachlose verwenden. (A)

⁸⁴ Sathya Sai Speaks X, Chapter 8, page 44 – amerikanische Ausgabe

- ❖ Kranke Kinder aus dem Ausland im Friedensdorf International besuchen. (A)
- ❖ Satsang und Informationsveranstaltungen über Seva. (SSPV)
- ❖ Nachbarschaftshilfe. (SSPV)
- ❖ Erhebende Freizeitgestaltung mit Behinderten, z.B. Theater, Tanz, Musik, Literatur (SSPV)
- ❖ Begleitung hilfsbedürftiger Personen bei Besorgungen, Arztbesuchen, Behördenwegen, usw. (SSPV)
- ❖ Reisen mit Invaliden. (SSPV)
- ❖ Blutspendeaktionen. (SSPV)
- ❖ Unterstützung bei der Wiedereingliederung von Menschen in die Gesellschaft, z.B. ehemalige Strafgefangene. (SSPV)
- ❖ "Patenschaften" für Waisen. (SSPV)
- ❖ Kochkurse für das Zubereiten von satwischer Nahrung. (SSPV)
- ❖ Besuche bei bzw. Briefkontakt mit Strafgefangenen. (A)
- ❖ Blumen: Blumen aus dem Garten eines Devotees werden in Pflegeheimen und einem Frauenhaus arrangiert. (US)
- ❖ Stofftiere: etliche Zentren stellen Bären, Hasen und Herzen für Kinder im Spital, Frauenhäuser und Ambulanzen her. (US)
- ❖ Adoptiere eine Familie: mit der Hilfe von lokalen Sozialgruppen werden 4 oder 5 Familien "adoptiert" und zu Weihnachten und dem Erntedankfest mit neuen Kleidern, Spielzeug und Nahrung versorgt. (US)
- ❖ Hilfe für die Opfer von Wohnungsbränden: dies war ein spontanes Projekt eines Zentrums. Es war ihnen möglich, eine Familie mit Kleidern, Lebensmitteln, Utensilien und Geräten zu versorgen. (US)
- ❖ Seva für Tiere: eine Person hilft in einem Heim für herrenlose Katzen aus. (US)
- ❖ Hilfe für Senioren: in Zusammenarbeit mit einer lokalen Sozialorganisation werden Wohnungen winterfest gemacht, neu eingerichtet, geputzt und renoviert. (US)
- ❖ Hilfe für die Obdachlosen: in Zusammenarbeit mit einer lokalen Sozialorganisation werden Wohnungen renoviert und gesäubert. (US)
- ❖ Decken: ein Zentrum versorgt 60 Polizeieinsatzwagen mit selbstgemachten Decken (fünf Stück werden pro Woche hergestellt), die die Polizei Kindern, die in Unfälle verwickelt wurden, gibt. Ein anderes Zentrum stellt Puppen und Teddys her. (US)

- ❖ Decken und Bekleidung: ein Devotee sammelt regelmäßig Decken und Kleidung bei den Kirchen ein und gibt sie an verschiedene Sozialeinrichtungen weiter. (US)
- ❖ Neue Immigranten: Neu immigrierte Menschen mit Kleidung und Nahrung versorgen. (US)
- ❖ Obdachlosenspeisung auf der Straße: ein Zentrum führt dieses Projekt durch, bei dem eine Gruppe von zwei bis drei Leuten durch die Straßen geht und Obdachlosen Nahrung anbietet. (US)
- ❖ Mitarbeit in einem Obdachlosenasyll: ein Zentrum kümmert sich nachts um die Insassen eines Obdachlosenasylls. Sie servieren Essen, geben Kleider und Decken aus und sorgen für Ordnung. (US)
- ❖ Hilfe für die Blinden: ein Devotee half bei einer Konferenz für Blinde und Sehbehinderte. Andere lesen Blinden vor. (US)
- ❖ Zeitschriften: ein Zentrum spendet aktuelle Ausgaben populärer Zeitschriften für ein Krankenhaus. (US)
- ❖ Renovierung von Häusern: Hilfe für die, die sie brauchen, beim Streichen oder Renovieren ihrer Wohnungen oder Häuser. (US)
- ❖ Weihnachtskarten für Menschen, die ihre Wohnung nicht verlassen können basteln. (US)

*Dienst an der Gemeinschaft der höchste Dienst ist.*⁸⁵

In jeder Gemeinschaft gibt es viele Bereiche, wo Hilfe benötigt wird – Alkohol- oder Drogenmißbrauch, Tierschutz, Jugend, psychische Gesundheit, Frauenserviceeinrichtungen, Erziehung, Bibliotheken, Behinderte und geistig Zurückgebliebene, Katastrophenhilfe, Flüchtlingshilfe, Mediation, Natur und Umweltschutz, Gefängnisprogramme, Senioren, und so weiter. Findet also eure eigene individuelle Nische für euer Zentrum/eure Gruppe oder euch selbst und befriedigt ein lokales Bedürfnis. erinnert euch nur daran, dass die Art des Seva nicht so wichtig ist, wie die Einstellung, mit der es durchgeführt wird. Macht euer Seva zu einer spirituellen Übung!

⁸⁵ Sathya Sai Baba spricht VI, Kapitel 31, Seite 104

Literaturempfehlungen

- ❖ **Sathya Sai Baba "Der königliche Weg"**
Ansprachen von 1966 bis 1990 zum Thema Seva – Selbstloses Dienen
Sathya Sai Philosophische Vereinigung
 - ❖ **Phyllis Krystal "Begrenzung der Wünsche"**
Beiträge zum Thema: Ceiling on Desires
Sathya Sai Vereinigung e.V.
 - ❖ **Sathya Sai Baba spricht – alle Bände**
 - ❖ **Sommersegen in Brindavan – alle Bände**
 - ❖ **Die Reise mit Sai**
Sathya Sai Seva Organisationen – 7. Weltkonferenz 20.-24.11.2000
Ansprachen von Sathya Sai Baba, Beschlüsse, Richtlinien u. Kommentare
Sathya Sai Vereinigung e.V.
 - ❖ **Internationale Seva-Konferenz und Gurupurnima
in Prashanti Nilayam Juli 2002**
Vier Ansprachen von Sathya Sai Baba
Sathya Sai Vereinigung e.V.
-
- ❖ **Seva – A Flower at His Feet**
Compiled by Grace J. Mc. Martin
Eine Sammlung von Aussprüchen und Ansprachen Swamis zum Thema Seva
Sri Sathya Sai Books & Publications Trust
 - ❖ **Bhagawan Sri Sathya Sai Baba's Divine Guidelines to All the Devotees, Workers
and Office Bearers**
Compiled by Dr. Prabhakar Rewanwar
Sri Sathya Sai Seva Organisations Maharashtra
 - ❖ **Pramila H. Bhargava "A Pioneering Attempt at Child Labour Elimination – A
Tribute to Sai Baba, the Ultimate Motivator"**
Sri Sathya Sai Books & Publications Trust