

Leben nach Maß

Die Regel des heiligen Benedikt für Menschen von heute



Petra Altmann und Odilo Lechner

Seit rund 1500 Jahren leben Nonnen und Mönche nach der Regel des heiligen Benedikt – ein Text, der in seiner inspirierenden Kraft erstaunlich aktuell geblieben ist. Die Regel ist jedoch nicht nur ein Leitfaden für Ordensleute, sondern auch für Menschen außerhalb der Klostermauern. Sie bietet Impulse für den Umgang mit sich selbst und den eigenen Anlagen und Fähigkeiten. Für das Leben mit anderen, für Regelungen materieller und seelischer Bedürfnisse und für Leitungs- und Managementaufgaben. Die Botschaft der Benediktregel: einfach leben, gelassen leben, in Freude leben. Kurz – ein Leben nach Maß zu führen.

1500 Jahre alt und dennoch top aktuell

Die Regel des heiligen Benedikt für Menschen von heute? Kann eine Schrift, die knapp 1500 Jahre alt ist, für uns im 21. Jahrhundert wirklich noch Bedeutung haben?

73 Kapitel umfasst die Niederschrift des Ordensvaters aus dem 6. Jahrhundert nach Christus. Er hinterließ sie seinen Mitbrüdern als Konzept für ihr gemeinschaftliches Leben.

Benedikt beschäftigt sich darin mit der Organisation der Gemeinschaft, mit Führungsfragen, mit der Regelung von individuellen und gemeinschaftlichen Bedürfnissen und mit der Aufgabenverteilung im Kloster. Er beschreibt, wie man miteinander umzugehen hat, wer ins Kloster aufgenommen werden kann, und wie man auf Verfehlungen reagieren soll. Er regelt die Außenbeziehungen des Klosters, beschäftigt sich mit dem Tagesablauf, mit Ernährungsfragen und mit den Themen Fasten und Schweigen.

Dieses Werk ist ein Verhaltenskodex, der so ziemlich alle Bereiche des menschlichen Miteinanders abdeckt. Man erkennt die große Lebenserfahrung des Autors und spürt sein Verständnis für menschliche Schwächen. Benedikt wollte mit dieser Regel den Klostergenerationen nach ihm ein stabiles Lebensgerüst hinterlassen. Dies ist ihm gelungen. Noch heute leben Ordensleute auf allen Kontinenten nach seinen Vorgaben. Es ist erstaunlich, wie aktuell sie auch in unserer Zeit noch sind. Wer die Regel aufmerksam liest, wird jedoch feststellen, dass sie nicht nur ein Verhaltenskodex für Ordensleute ist, sondern auch ein Lebensmodell für Menschen außerhalb der Klostermauern. Und zwar unabhängig von Glaubensanschauungen und Religionszugehörigkeit.

Jedes Kapitel enthält wichtige Denkanstöße für den menschlichen Umgang miteinander – unabhängig von sozialem und beruflichem Umfeld. Viele Themen werden behandelt, die uns auch heute in unserer Gesellschaft beschäftigen – hierarchische Strukturen, Erziehungsfragen oder der Generationenkonflikt beispielsweise. Und viele Problemlösungen werden angeregt, die durchaus zeitgemäß sind. Darunter Übertragung von Verantwortung, Teamarbeit, Motivation. Man muss die Regel nur zu deuten wissen.

Benedikts Leitmotiv ist in unserer Welt des 21. Jahrhunderts absolut zeitgemäß, nämlich: ein Leben nach Maß zu führen. Die Sichtweise eines Insiders aus der Ordenswelt und die Auslegung einer Journalistin, die außerhalb der Klostermauern lebt, beleuchten die »Alltagstauglichkeit« der Regel für Menschen von heute.

Petra Altmann

Das rechte Maß als Leitmotiv

Das rechte Maß ist das Leitmotiv der Regel Benedikts. An ihm orientieren sich alle Lebensbereiche der Mönche. Arbeit und Gebet, Bewegung und Ruhe, Speisen und Getränke, Mahl- und Fastenzeiten, Handarbeit und Lesung, schweigen und reden. Alles soll im rechten Maß vorgenommen werden. Aber was ist das rechte Maß im Sinne Benedikts? Und wie findet man es?

Bei manchen Themenbereichen seiner Regel schildert der Ordensgründer sehr detailliert, was er für das rechte Maß hält. Die gemeinsamen Gebetszeiten beispielsweise werden bis in alle Einzelheiten geregelt. Auch mit der täglichen Versorgung beschäftigt er sich in seinen Ausführungen sehr genau. Dazu zählt er unter anderem Küchendienste, die Aufgaben der Tischleser und die Mahlzeiten. In anderen Fällen sind die Vorgaben jedoch nicht bis ins Einzelne festgelegt. Beispielsweise bei »Werkzeug und Gerät des Klosters« oder der »Zuteilung des Notwendigen«. Dort heißt es unter anderem: »Man halte sich an das Wort der Schrift: ‚Jedem wurde so viel zugeteilt, wie er nötig hatte.‘ Damit sagen wir

nicht, dass jemand wegen seines Ansehens bevorzugt werden soll, was ferne sei. Wohl aber nehme man Rücksicht auf die Schwachen.« (Regel Benedikt, Kapitel 34, 1 und 2)

Benedikt ist sich sehr bewusst darüber, dass er den einzelnen Klostervorstehern auch Spielräume lassen muss. Eine sehr kluge Entscheidung, denn eine gewisse Gestaltungsfreiheit bringt auch mehr Motivation für den Einzelnen mit sich. Viel mehr, als wenn man sich ausschließlich nach Vorgaben richten muss und nichts selbst entscheiden kann. Außerdem strebte der Ordensgründer ja eine rasche Verbreitung des Mönchtums an. Andere Standorte brachten auch andere Lebensbedingungen mit sich, so dass man in gewissen klösterlichen Bereichen flexibel bleiben musste und nicht jedes Detail in der Regel festlegen durfte.

Benedikts Leitmotiv »Das rechte Maß« bedeutet also grundsätzlich, das Zuviel, aber auch das Zuwenig zu vermeiden. Wie das rechte Maß im Einzelfall umzusetzen war, mussten die Klostervorsteher vor Ort entscheiden. So ist es auch heute noch. Das, was ursprünglich für Ordensleute gedacht war, zeugt von so viel Weitsicht und Menschenkenntnis, dass es nicht nur in Klostersgemeinschaften anzuwenden ist. Ein Leben im Maß zu führen, ist für jeden Menschen erstrebenswert. Deshalb sagen Benedikts Weisungen auch uns Menschen außerhalb der Klostermauern sehr viel – wenn wir sie zu deuten wissen.

P.A.

Maß halten im Sinne Benedikts

Das Maß suchen heißt messen, vernünftiges Abwägen der Zeiten und Gewohnheiten und der Verschiedenheit der Menschen. Ist solch beständige Maßhaltung, solch ganz und gar vernünftiges Verhalten nicht doch eine zu rechnerische, zu nüchterne, zu gemäßigte und darum zu mittelmäßige Haltung? Martin Heidegger hat 1951 einen Gedichtvers von Hölderlin interpretiert: »Voll Verdienst, doch dichterisch wohnt der Mensch auf dieser Erde«, und er meint, das Vermessen sei das Dichterische des Wohnens. Er meint, im Dichten ereigne sich das »Nehmen des Maßes«, die »Maßnahme, durch die der Mensch erst das Maß für die Weite seines Wesens empfängt«. Im rechten Maß, durch die rechten Proportionen finden wir ja auch das Schöne. Aber in dem Gedicht Hölderlins kommt auch der Vers vor: »Gibt es auf Erden ein Maß? Es gibt keines.« Unser Rechnen und Messen, unser Maßsuchen nach irdischen Maßstäben, das Abwägen der verschiedenen miteinander konkurrierenden Endlichkeiten muss scheitern. Darum verweist Heidegger auf einen anderen Vers im Gedicht: »Der Mensch misset sich...mit der Gottheit«. Sie ist das Maß, mit dem der Mensch sein Wohnen, den Aufenthalt auf der Erde unter dem Himmel, ausmisst.

Je mehr wir heute erkennen, dass es kein unbegrenztes Wachstum, keinen unendlichen irdischen Fortschritt gibt, je mehr wir das rechte Maß um des Überlebens der Erde willen finden müssen, desto notwendiger wird der Maßstab des Ewigen, wie ihn Benedikt in seiner Regel vorgibt. Das rechte Maß etwa zwischen Arbeit und Freizeit kann nur in der Frage nach dem Sinn von Leben und Arbeiten, letztlich in einem transzendenten Ziel gefunden werden. Benedikt gibt es in dem Kapitel über die Handwerker an, »dass in allem Gott verherrlicht werde«. Benedikts Devise ist ein Maßstab für unser alltägliches Leben. Im Jubiläumsjahr 1980 sagte Papst Johannes Paul II. in Norcia, dem Geburtsort Benedikts, Benedikts Weisung könnte »alltäglich, gewöhnlich und gleichsam weniger heroisch« erscheinen, als das, was die Apostel und Märtyrer in den Ruinen des alten Rom hinterlassen haben. Aber Benedikt habe die Zeichen der Zeit erkannt und die Notwendigkeit, das radikale Programm evangelischer Heiligkeit »in einer gewöhnlichen Form, in der Dimension des täglichen Lebens aller Menschen zu verwirklichen«. Das Heroische sollte normal, alltäglich werden und das Normale, Alltägliche heroisch. Gloria Dei, Herrlichkeit, Glanz Gottes, der auch in der geringsten Arbeit aufleuchten kann – das wäre in der Sprache Heideggers »Freundlichkeit, Gnade, die Ankunft der Huld«.

O. L.

Das rechte Maß ausloten

Für Menschen außerhalb der Klostermauern mag im Zusammenhang mit der Regel Benedikts vielleicht die Frage aufkommen, ob das dort propagierte Maßhalten nicht vielleicht zur Mittelmäßigkeit führt. Mit anderen Worten könnte man sagen, ob man dabei nicht kleinkariert wird. Gibt es nicht genügend Beispiele aus der Geschichte, die zeigen, dass Menschen, die aus dem Rahmen gefallen sind, manchmal Großes bewirkt haben. Eben gerade weil sie das Maß überschritten haben.

Wer die Regel Benedikts liest, wird merken, dass es sich dabei nicht um ein strenges Korsett von Vorgaben handelt. Dem Ordensvater war klar, dass jeder Mensch anders und auch jede Klostersgemeinschaften unterschiedlich geprägt ist. Dies hatte ihm seine menschliche Erfahrung mit auf den Weg gegeben. Deshalb gibt er den Klosterführern immer wieder Spielräume und Entscheidungsfreiheiten. »Er (= der Abt) lasse sich vom Gespür für den rechten Augenblick leiten und verbinde Strenge mit gutem Zureden. Er zeige den entschlossenen Ernst des Meisters und die liebevolle Güte des Vaters.« (Regel Benedikt, Kapitel 2,24)

Der Abt muss also immer das rechte Maß ausloten. Dies ist ein ständiger Prozess. Seit den Zeiten Benedikts hat sich viel verändert. Benediktinerklöster sind über die ganze Welt verbreitet. Ordensleute leben auf allen Kontinenten, mit ganz unterschiedlichen Lebensbedingungen. Man kann sie nicht über einen Kamm scheren.

Ordensmitglieder haben heute viel mehr Außenkontakte als früher. Die wenigsten können sich in die beschauliche Stille des Klosters zurückziehen und sich abschotten. Nonnen und Mönche müssen sogar Öffentlichkeitsarbeit machen. Für ihre Lebensform, ihre Wirtschaftsbetriebe beispielsweise. Sie dürfen sich dabei aber von der Öffentlichkeit nicht vereinnahmen lassen.

»Orden müssen es noch viel mehr lernen, Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben. Wir müssen unsere Aufgaben und Botschaften mehr nach außen vermitteln«, betont der Abtprimas der Benediktiner Notker Wolf.

Ich erlebe es in Klöstern immer wieder, dass sich Mitglieder der Konvente die Frage stellen, was noch zu ihrer Spiritualität passt. Hier gilt es, das rechte Maß ständig auszuloten. Dies ist in Klöstern nicht anders als außerhalb der Klostermauern. Auch für uns gilt es, flexibel zu bleiben. Vorgaben und Regeln immer wieder einmal auf den Prüfstand zu heben und das rechte Maß zu überdenken.

P.A.

Die Bedürfnisse des Einzelnen und die Notwendigkeiten des Gemeinschaftslebens

Über den Eingang vieler Benediktinerklöster ist das Wort Pax – Friede – geschrieben. Die benediktinische Lebensordnung will den Menschen zum Frieden mit sich selbst, zum Frieden in der Gemeinschaft und zum Frieden mit der Schöpfung führen. Sie stellt ihn hinein in den natürlichen Ablauf der Zeiten und leitet an zum ehrfürchtigen Umgang mit dem ihm anvertrauten Teil der Welt. Sie führt den Menschen zum inneren Frieden, zur »Rückkehr zu sich selbst«, zum »Wohnen in sich selbst unter den Augen Gottes«. Das ist auf der sechsten Stufe der Demut beschrieben: »Der Mönch ist zufrieden mit dem Allergeringsten und Letzten. Er sagt mit Psalm 73: ...wie ein Lasttier bin ich vor dir und bin doch immer bei Dir«. (Regel Benedikt, Kapitel 7, 49 f.) So wird aller innerer Zwiespalt, alle Unzufriedenheit, alles Murren überwunden, aus der Kraft der Verbindung mit Gott, vor allem im Gebet, aus dem großen Einklang, wenn wir etwa beim Psalmensingen uns darum mühen, dass unser Herz mit der Stimme, dass die innere Einsicht mit dem äußeren Wort übereinstimmt (Regel Benedikt, Kapitel 19,7). Und dieser Friede zeigt sich dann vor allem im Zusammenleben der Gemeinschaft. Deren Einheit ist ja auch für Benedikt nicht selbstverständlich. Er weiß: »Immer wieder gibt es Ärgernisse, die wie Dornen verletzen« – darum täglich die Vergebungsbitte des Vaterunser. (Regel Benedikt, Kapitel 13,12f.) Darum die Mahnung, »noch vor Sonnenuntergang mit den Zerstrittenen in den Frieden zurückzukehren«. (Regel Benedikt, Kapitel 4,73) Das muss freilich ernsthaft geschehen. Benedikt mahnt auch, keinen falschen Frieden zu geben, nicht

unaufrichtig Frieden zu schließen (Regel Benedikt, Kapitel 4,25). Im Bemühen, aufeinander zu hören und alle Streitsucht zu überwinden, kann man nicht weit genug gehen: Wenn ein Bruder von einem Älteren zurechtgewiesen wird oder auch nur spürt, dass dieser innerlich gegen ihn erzürnt oder erregt ist, »dann werfe er sich unverzüglich zu Boden und liege zur Buße solange zu seinen Füßen, bis die Erregung durch den Segen zur Ruhe kommt.« (Regel Benedikt, Kapitel 71,6-8)

Die Benediktusregel bietet in einmaliger Weise den Rahmen für das Miteinander in der Gemeinschaft. Sie betont deren Einheit. »Denn ob Sklave oder Freier, in Christus sind wir alle eins, und unter dem einen Herrn tragen wir die Last des gleichen Dienstes, denn bei Gott gibt es kein Ansehen der Person.« (Regel Benedikt, Kapitel 2,20) Der Abt soll alle in gleicher Weise lieben. Er darf etwa den Freigeborenen nicht dem ehemaligen Sklaven vorziehen. Darum sei »alles allen gemeinsam«, und keiner kann etwas als sein Eigentum beanspruchen. (Regel Benedikt, Kapitel 33,6) Und doch betont die Regel zugleich immer wieder die Eigenart des Einzelnen, die Verschiedenheit der Menschen, die gemeinsam Gott suchen. Der Abt muss der Eigenart vieler dienen.

»Die Starken sollen finden, wonach sie verlangen, und die Schwachen nicht davonlaufen.« (Regel Benedikt, Kapitel 64,19) Darum gilt bei der Verteilung der gemeinsamen Güter nicht der Grundsatz: Jeder erhält gleich viel. Vielmehr gilt der Maßstab der Urgemeinde in Jerusalem: »Jedem wurde soviel zugeteilt, wie er nötig hatte.« (Apostelgeschichte 4,35) Das bedeutet nicht ein Ansehen der Person, sondern die Rücksicht auf die Schwächen.

Von ihr ist immer wieder in der Regel die Rede. Wer also weniger braucht, soll nicht traurig sein und Gott danken. Wer mehr braucht, werde nicht überheblich, sondern demütig wegen seiner Schwäche. »So werden alle Glieder der Gemeinschaft in Frieden sein.« (Regel Benedikt, Kapitel 34,5)

Das 20. Jahrhundert war gekennzeichnet durch den Antagonismus von kollektiven Ideologien und einem ausgeprägten Individualismus. Erstere blickten auf ein Ganzes (Volk, Gesellschaft der Zukunft) und opferten den Einzelnen für die kollektiven Ziele. Der Individualismus der letzten Jahrzehnte zielte auf Selbstverwirklichung und Selbstentfaltung des Einzelnen und verlor das Allgemeinwohl aus den Augen. Beides zusammenzuführen, wie es die Benediktusregel versucht, ist wohl nur von einem transzendenten, die Einzelnen und die Gesellschaft übersteigenden Standpunkt möglich. Gott liebt jeden Einzelnen in seiner Eigenart und sieht doch alles zusammen in der einen Gemeinschaft der Kirche, in den Zielen der gesamten Schöpfung. Der Reichtum der Schöpfung besteht gerade in der Vielfältigkeit der einzelnen Wesen. Der Einzelne erlangt sein Glück in der Erfüllung seiner Aufgabe für das Ganze.

O.L.

Gemeinschaftsleben außerhalb der Klostermauern

Basis für die Regel Benedikts ist das gemeinschaftliche Zusammenleben. Man spricht deshalb auch von der »Klostergemeinschaft«. Die Ordensleute teilen die Zeit, das Gebet, die Arbeit und Hab und Gut miteinander. Sie bilden eine Lebensgemeinschaft, die enger ist als in vielen Partnerschaften und Familien.

Der Anspruch Benedikts ist, im Kloster jeden gleich zu behandeln. Niemand solle bevorzugt werden, und alle Güter des Klosters sollen der Gemeinschaft gehören. Der Abt eines großen Benediktinerkonvents meinte mir gegenüber einmal schmunzelnd, das sei eigentlich eine Art kommunistisches System.

Immer, wenn Menschen zusammenleben und -arbeiten, sind Reibungsverluste nicht auszuschließen. In Partnerschaften, in Familien, im beruflichen Umfeld, auch im Kloster. Wie funktioniert dann eigentlich das klösterliche Gemeinschaftsleben, mit Individuen, die erst im Erwachsenenalter zusammenkommen? Die ihre Eigenheiten, ihre soziale Prägung, ihre besonderen Vorzüge und Schwächen haben. Wie bringt man das alles unter einen Hut? Wie schafft man es, jedem das Gefühl zu vermitteln, ein wichtiger Teil der Gemeinschaft zu sein?

Es geht auch im Kloster nicht immer glatt.

»Früher hat man immer gesagt, hier im Konvent gibt es Hochwürden, das sind die studierten Mönche mit Priesterweihe, und Nichtswürden, das sind wir einfachen Brüder, die die niederen Dienste verrichten mussten. Aber das hat sich inzwischen geändert«, sagte mir vor kurzem einmal ein 76-jähriger Benediktinerbruder, der seit über fünfzig Jahren im Kloster ist.

Wichtig ist es, jedem das Gefühl zu vermitteln, dass er ein wesentliches Glied der Gemeinschaft ist, egal, welche Aufgaben er übernimmt. Auch die niederen Dienste müssen erledigt werden. Für diese hat Benedikt das Rotationsprinzip eingeführt. So muss jeder in einem gewissen Turnus Dinge erledigen, die vielleicht nicht so beliebt sind, aber jedem im Kloster nützlich – Reinigungs- oder Küchendienste beispielsweise. Ein geschickter Schachzug gleich in zweierlei Hinsicht. So bleiben diese Arbeiten nicht an einigen wenigen Personen hängen. Und niemand kann sich besser fühlen als die anderen, nur weil er vermeintlich qualifiziertere Arbeiten erledigt. So wird das Zusammengehörigkeitsgefühl gestärkt. Und niemand fühlt sich ausgeschlossen.

Wenn in einer Gemeinschaft Unstimmigkeiten herrschen, so der heilige Benedikt, dann soll man vor Sonnenuntergang Frieden schließen. Das bedeutet, man muss akzeptieren lernen, dass jeder seine Eigenheiten hat. Man muss dann aufeinander zugehen, gesprächsbereit sein und auch einmal über den eigenen

Schatten springen. Gegebenenfalls auch durch Vermittlung einer dritten Person. In großen Gemeinschaften, ob im oder außerhalb des Klosters, kann man bei Unstimmigkeiten einander zumindest für eine beschränkte Zeit einmal aus dem Weg gehen. Auf Dauer lässt sich dies jedoch nicht durchhalten. Der Zwist wird die Gemeinschaft belasten und vielleicht sogar Gräben entstehen lassen. Grundvoraussetzung bei jedem einzelnen Mitglied der Klostergemeinschaft ist der Wille, auf Dauer mit den Mitschwestern oder -brüdern zusammenzuleben. Auch in unruhigen Zeiten.

Diese Voraussetzung ist auch für andere Gemeinschaften notwendig, ob Partnerschaft, Familie, Beruf. Manchmal hat man den Eindruck, der Bettel wird zu schnell hingeworfen, und ein gemeinschaftliches Projekt zu rasch aufgegeben. Wenn man beispielsweise an die hohe Fluktuationsrate in manchen Unternehmen denkt, die häufig mit »Flexibilität« verwechselt wird. Lange Betriebszugehörigkeit gilt nicht mehr als Wert, häufiger Arbeitsplatzwechsel dagegen als Zeichen der »Dynamik«. Da der Wechsel des Arbeitsplatzes aber meist auch mit einem Ortswechsel verbunden ist, bleiben soziale Bindungen zu Familie und Freunden oft auf der Strecke. Auch hier gilt: Alles im rechten Maß.

Benedikt hat eine Prüfungszeit vor der endgültigen Aufnahme ins Kloster vorgegeben, die heute in der Regel fünf Jahre beträgt: »Hat er (der Mönch) es sich reiflich überlegt und verspricht er, alles zu beachten und sich an alles zu halten, was ihm aufgetragen wird, dann soll er in die Gemeinschaft aufgenommen werden.« (Regel Benedikt, Kapitel 58, 14)

Für unsere Gesellschaft kann man aus dem benediktinischen Konzept Wichtiges herausfiltern:

- Prüfen Sie sich gründlich, bevor Sie sich binden, ob privat oder im Beruf.
- Wenn Sie sich positiv entschieden haben, stehen Sie zu dieser Entscheidung.
- Behandeln Sie jedes Mitglied Ihrer Gemeinschaft als vollwertig.
- Beziehen Sie jeden in Entscheidungen ein.
- Geben Sie jedem eine Aufgabe, die er bewältigen kann.
- Vermitteln Sie jedem, dass er wichtig ist.
- So schaffen Sie Zugehörigkeits- und Gemeinschaftsgefühle.

Beständigkeit ist gefragt und der Wille, etwas gemeinsam zu schaffen und zu leben. Und zwar über alle Hürden hinweg.

P.A.

Das Ziel: Die Weite des Herzens

Der Fortschrittsglaube der Neuzeit ist in eine Krise geraten, da wirtschaftliches Wachstum an seine Grenzen stößt und technischer Fortschritt zugleich zur todbringenden Zerstörung des Lebens führen kann. Und doch ist die Welt auf Evolution angelegt und der Mensch auf ein Weiterkommen und Vorschreiten. Aber beides kann sich nicht im Materiellen und bloß Irdischen vollenden. Benedikt weist im Schlusskapitel daraufhin, dass seine einfache Regel des Anfangs dazu helfen kann, zum himmlischen Vaterland zu eilen und zu den Gipfeln der Lehre und der Tugend unter dem Schutz Gottes zu gelangen. (Regel Benedikt, Kapitel 73,8 f.) Gewiss haben wir oft den Eindruck, dass der Anfang eines Weges leichter und begeisternder ist als die weiteren Strecken. So spricht Benedikt vom »fervor novicius«, vom Anfangseifer der Begeisterung für das Mönchsleben, ohne schon im klösterlichen Alltag bewährt und zum Kampf geschult zu sei. (Regel Benedikt, Kapitel 1,3 f.) Aber beides ist für Benedikt die Voraussetzung für den Weg etwa zum Eremiten, zum Einzelkämpfer, aber auch zur Vollkommenheit klösterlichen und christlichen Lebens schlechthin. Darum will Benedikt, so sagt er am Ende des Prologs, »eine Schule für den Dienst des Herrn einrichten«. Er hofft zwar nichts Hartes und Schweres darin festzulegen, meint aber doch, dass es auch etwas strenger zugehen müsse und der Weg des Heils am Anfang nicht anders als eng sein kann, gemäß dem Herrenwort: »Das Tor, das zum Leben führt, ist eng und der Weg dahin ist schmal.« (Matthäus 7, 14) Diese freie Entscheidung, sich an den Willen des Herrn zu binden, führt zu immer größerer Freiheit und Weite. Darum kann Benedikt am Ende des Prologs sagen: »Wer aber im klösterlichen Leben und im Glauben voranschreitet, dem wird das Herz weit, und er läuft in unsagbarem Glück der Liebe den Weg der Gebote Gottes.« (Regel Benedikt, Prolog 49) Es gibt also einen Fortschritt, der nicht erlahmt, sondern die biblische Forderung »Lauft!« nicht in äußerer Schnelligkeit, sondern in der inneren Bewegung, im Glück der Liebe erfüllt.

Was die Weite des Herzens bedeutet, macht das Turnerlebnis des heiligen Benedikt am Ende seines Lebens deutlich. Da wird die Nacht von einem Licht erhellt, das alle Finsternis vertreibt. Benedikt berichtet: »Die ganze Welt wurde ihm vor Augen geführt, wie in einem einzigen Sonnenstrahl gesammelt.« Wenn unter den Werkzeugen der geistlichen Kunst die Regel Benedikt auch das Ersehnen des ewigen Lebens mit allem geistlichen Verlangen nennt, dann ist damit eben jene Weite angezielt, die der Mensch in der Verbundenheit mit dem erlangt, der alles in sich vereint.

Das Viele, das uns umgibt, ist so oft im Widerstreit mit sich selber. Das Irdische, in dem wir leben, kann uns ganz in Beschlag nehmen und zerbricht doch selber.

Der Weg des klösterlichen Lebens will in der rechten Ordnung des Vielen, im rechten Maß des Irdischen, zu einer letzten Einheit führen, zur Weite Gottes, die alles umfasst.

O.L.

Freude als Lebensmotto

Das Leben soll Freude und Lust bringen, das ist Benedikts Anliegen.
Bei allen Regelungen und Vorgaben wird immer wieder deutlich, dass dem Ordensvater die menschlichen Schwächen nicht fremd sind.
Er zeigt Verständnis dafür und berücksichtigt die menschliche Komponente auch immer in seiner Regel.

Wenn jemand, der etwas auf dem Kerbholz hat, Einsicht zeigt, ist Benedikt der Letzte, der sich abwendet.
Wichtig ist ihm, dass die Menschen bei allem, was sie tun, Freude empfinden.
»Die Jünger müssen ihn (den Gehorsam) mit frohem Herzen leisten, denn Gott liebt einen fröhlichen Geber.« (Regel Benedikt, Kapitel 5, 16)

Fröhlichkeit, Freude, Motivation, Menschlichkeit, das sind die wichtigen Komponenten in Benedikts Regel. Und daraus können wir für unser Leben außerhalb der Klostermauern viel lernen, nämlich

eine Balance anzustreben zwischen

- Arbeit und Freizeit
- Ruhe und Bewegung
- Reden und Schweigen.

Das rechte Maß zu finden im Umgang mit den Mitmenschen, indem wir

- uns um andere kümmern, aber sie nicht umklammern
- anderen Vorgaben machen, aber sie nicht einengen
- bei Vergehen Sanktionen vorsehen, aber niemanden verdammen
- und immer an das Gute im Menschen glauben.

Für unser persönliches Befinden sollte gelten,

- sich an veränderte Lebensumstände anzupassen, aber nicht jede Mode mitzumachen
- demütig sein, aber nicht katzenbuckeln
- sich Gutes tun, aber nicht egozentrisch werden.

Alles in allem:

Sorgsam mit allen und allem Anvertrauten umgehen, so dass man ein Leben im rechten Maß führen kann.

P.A.

Die Initialen *P.A.* beziehungsweise *O. L.* an den Kapitelenden stehen für die Autoren *Petra Altmann* und *Odilo Lechner*.

Die zitierten Textauszüge sind zum großen Teil aus dem Buch »Leben nach Maß – Die Regel des heiligen Benedikt für Menschen von heute« von Dr. Petra Altmann und Abt Dr. Odilo Lechner entnommen.

Siehe hierzu auch die Buchbesprechung am Ende dieser Ausgabe in der Rubrik Buchbesprechung.