



Abt Bruno Hubl OSB

geboren am 17. März 1947 in Kirchdorf an der Krems / OÖ;
 trat nach der Matura am Stiftsgymnasium Admont in das dortige
 Benediktinerstift ein;
 von 1966 bis 1971 studierte er Theologie in Salzburg;
 1971 bis 1983 war er Kaplan in Admont;
 seit 1977 ist er Novizenmeister und Klerikermagister;
 er war von 1978 bis 1996 Prior der Benediktinerabtei Admont und
 betreute als Seelsorger von 1982 bis 1995 zusätzlich die Pfarre
 Selzthal und war anschließend bis 1996 Pfarrer von Admont;
 1996 wurde er zum 67. Abt des Klosters gewählt;
 über zwei Jahrzehnte war Abt Bruno Hubl Mitglied der
 Liturgiekommision der Salzburger Äbtekonzferenz und ist derzeit
 im Präsidium der Österreichischen Benediktinerkongregation

Lebensqualität nach der Regel des hl. Benedikt

Vorbemerkungen

Jemand hat vor kurzem die Frage aufgeworfen, ob denn der moderne Mensch überhaupt noch die Kunst des Lebens verstünde. Das Ziel dieser Lebenskunst sei zweifellos der zufriedene und glückliche Mensch. Viele glauben diese Kunst zu lehren und erweisen sich dann doch als Dilettanten. Eine unüberschaubare Fülle von Angeboten zum Thema Wohlbefinden und Wellness überschwemmt heute den Markt. Sie alle versprechen, zu Glück und Zufriedenheit zu führen. In der Ratgeberliteratur werden Lebenstrainingsprogramme dargeboten und wer in diese einsteigt, hat es unweigerlich in der Hand, schöner, glücklicher und reicher zu werden. Dabei wird suggeriert, man könne mit Willen, Technik und Strategie sein eigenes Lebensglück steuern. Die Kraft des positiven Denkens führt direkt zum Erfolg auf allen menschlichen Ebenen und kreiert ein ungeahntes Lebensglück. Motivati-

onstrainer trimmen in Kursen auf den „Siegertyp“. Er brauche sich nur ein Lebensziel zu setzen und einfach hart zu arbeiten, dann wird sich zwangsläufig das ersehnte Ergebnis einstellen. Solche Ratschläge sind weithin vom Machbarkeitsmythos und Machbarkeitswahn inspiriert. Zugleich sind sie ein Zeugnis für das Bedürfnis, alles menschliche Leben kontrollieren zu können, auch das Unkontrollierbare. Und doch gibt es Situationen, in denen derartige Programme nicht greifen und der Mensch sich existentiell ausgeliefert fühlt. Erfolgreiche Menschen mit Fitnessprogrammen und gesundem Lebensstil können plötzlich und unvorhergesehen von einer tödlichen Krankheit getroffen werden, Naturereignisse können von einer Sekunde auf die andere das Lebenswerk zerstören, und das Unvermögen oder die Böswilligkeit anderer Menschen sind imstande, das Lebensglück zu ruinieren. Das Lebensgesetz der Vergänglichkeit

und der Veränderung lässt sich eben nicht durch noch so ausgeklügelte Strategien abschaffen. In jedem Leben wechseln sich unabhängig vom menschlichen Willen Höhen und Tiefen ab. Menschliche Krisen sind daher nicht ausschließlich das Ergebnis eines schlechten Lebensmanagements. Nicht immer ist gerade jener glücklich, der seine Ziele fortwährend erreicht, sondern jener, der auch mit Schicksalsschlägen umzugehen versteht bzw. der auch die von Lebensschicksalen aufgezwungenen Umwege für sich zu nützen weiß.

Das Leben wieder lernen

Das Wissen der Menschheit ist in den letzten Jahrzehnten enorm angewachsen. Viele Erkenntnisse und deren praktische Umsetzungen entwickeln sich in einem immer rasanter werdenden Tempo. Niemand kommt umhin, sich möglichst viele Fertigkeiten zu erwerben.

ben, um in der heutigen Welt bestehen zu können. Dennoch hält die Persönlichkeitsentwicklung des Menschen kaum mit all den staunenswerten Möglichkeiten unserer Zeit Schritt, geschweige denn, dass mit dem Fortschritt der Moderne die Menschen glücklicher und zufriedener geworden wären. Müsste mit dem erstaunlichen Fortschritt nicht auch die innere persönliche Entwicklung des Menschen einhergehen? Obwohl sich der Alltag in früheren Zeiten mühevoller und schwieriger gestaltete, scheinen die Menschen trotz ihres einfacheren Lebensstils damals glücklicher und zufriedener gewesen zu sein. Auch Erich Fromm stellt mit Bedauern fest, dass der heutige Mensch die Auffassung, dass das Leben eine Kunst sei, verloren hat. Mancher Mensch erfährt an sich selbst, dass er oft von etwas anderem gelenkt wird und dass er nicht wirklich „Herr im eigenen Hause“ ist. So lebt er nicht sein ureigenes und urpersönliches Leben und daher nicht so, wie er vielleicht fühlt, dass er leben sollte. Auf Dauer führt das zwangsläufig zu Unbehagen und erweckt umso mehr die Sehnsucht nach dem wahren und eigentlichen Leben. Und so hält man bewusst wieder Ausschau nach Lebensorientierung und sucht vermehrt nach einem tragfähigen Lebenskonzept.

Das Lebenskonzept des hl. Benedikt

Wir Benediktiner erkennen in der Lebensordnung des hl. Benedikt ein solches Konzept, das sich nicht erst heute als praktikabel erweist, sondern sich über einen Zeitraum von fast 1500 Jahren bewährt hat. Gerade in Zeiten innerer Unsicherheit und des Umbruchs hat die Regel Benedikts immer wieder an Bedeutung gewonnen. Ohne das Werk Benedikts ist der Aufbau der abendländischen Kultur wohl kaum zu denken und zugleich vermag unser Ordensvater auch der heutigen Zeit erneut wertvolle Impulse zu geben.

Leben

Der heilige Benedikt konzipierte seine Lebensordnung ursprünglich für die

Mönche auf Monte Cassino. Die „Hausordnung“ dieses Klosters wurde schließlich zur weit verbreiteten Regel, die sich für unzählige Gemeinschaften als eine praktische Hilfe zum Leben nach dem Evangelium und zur Gestaltung des Alltags erwies. „Leben“ ist deren Leitwort und der klare Schlüsselbegriff seiner Regel. Bereits im Prolog lenkt Benedikt die Gedanken des Lesers auf ein geglücktes und erfülltes Leben: „Wer ist der Mensch, der das Leben liebt und gute Tage zu sehen wünscht? Wenn du das hörst und antwortest ‚Ich‘, dann sagt Gott zu dir: ‚Willst du wahres und unvergängliches Leben, bewahre deine Zunge vor Bösem und deine Lippen vor falscher Rede! Meide das Böse und tue das Gute; suche Frieden und jage ihm nach!‘ (RB Prolog 15-17).

Lebensqualität wird im Lebensprozess erfahren

Für Benedikt ist das Leben nicht etwas Abgeschlossenes oder gar schon Erreichtes und wäre ein Mensch in seiner Persönlichkeitsentwicklung noch so weit fortgeschritten. Vielmehr erschließt sich Lebensqualität im ständigen Fortschreiten auf dem schon eingeschlagenen Weg. Leben ist daher nichts Starres und Eingefahrenes, sondern ein fortlaufender Prozess. Diese weitreichende Orientierung vermittelt Sinn im Leben.

Offenheit für die Ereignisse und ein waches Gespür für die vielfältigen Begegnungen und Erfahrungen des Alltags bereiten der Lebensqualität einen guten Boden. Weil die Hinordnung auf Gott zur Dynamik des Lebens führt, ist für Benedikt das Ziel des gesamten Lebens, das über die Endlichkeit des Irdischen hinausweist, von enormer Bedeutung. Gerade in dieser spürbaren Dynamik des Lebens weiß Benedikt den Mönch in einer lebendigen Beziehung zu Gott, zu den Mitmenschen (den Mitbrüdern), zur Umwelt und zu sich selbst.

Ordo als Gestaltungsprinzip des Lebens

Ein Zentralbegriff der Regel Benedikts für die Gestaltung des Lebens ist „ordo“ – Ordnung. Sie gibt Halt und Orientierung und lässt das Leben als etwas Berechenbares erfahren. Allerdings trifft der deutsche Ausdruck nicht ganz, was mit „ordo“ tatsächlich gemeint ist. Im Griechischen wird dieser Begriff durch das Wort „Kosmos“ wiedergegeben. Nun kommt deutlicher zum Ausdruck, dass es sich wesentlich um ein Ordnungsgefüge, um Harmonie in der Verschiedenheit, um Frieden und Gerechtigkeit, um Beziehungen von Personen und Dingen zueinander handelt. Es geht um eine Lebensgestaltung, die sich als Grundlage und Vorbedingung für Lebensqualität erweist. Diese schließt den Lebensraum ebenso ein wie die Harmonie der Lebensführung mit dem rechten Sinn für den geeigneten Augenblick und die richtige Nutzung der zur Verfügung stehenden Zeit. Die hier gemeinte Ordnung fördert einen Prozess, der in einem geeigneten Umfeld ständig aus dem drohenden Chaos zur Harmonie führt. Ordo ist nichts Starres und ein für allemal Festgelegtes, denn im Sinne Benedikts muss sich diese Ordnung jeweils so ausprägen, dass durch Pax, den Frieden des einzelnen wie der ganzen Gemeinschaft, auch Lebensqualität ermöglicht wird. Benedikt strukturiert diese Ordnung in die Ordnung des Gebetes, in die Ordnung der Gemeinschaft und in die Ordnung der Zeit.

Ziel- und Orientierungslosigkeit hingegen bedeuten für das Verständnis Benedikts eine existentielle Bürde, die auf Dauer zum Verlust der Lebensfreude führt.

Heute würde vielleicht die Psychologie nicht so sehr von diesen Ordnungen sprechen, sondern von Ritualen des Lebens, die notwendig

sind, wenn Leben gelingen soll. Da ist das Ritual zu Beginn und am Ende des Tages. Viele Menschen bilden ein solches Ritual aus, z. B. beim Aufstehen, bei der Morgentoilette und beim Frühstück. Auch der Abend und das Schlafengehen kann sich zu einem bestimmten täglichen Ritual gestalten. Selbst die Höhepunkte des Jahres und des Lebens kommen ohne ein bestimmtes Ritual nicht aus. Rituale geben eine gewisses Maß

an Sicherheit und lassen viele Vollzüge des Lebens als berechenbar erfahren. Kein Mensch kann auf Dauer nur mit Unberechenbarem leben. Daher braucht es Begrüßungsrituale, Gesprächsrituale, Rituale, welche die Distanz und die Nähe zueinander regeln und vieles mehr. Dadurch erhält das Leben ein gewisses Ordnungsgefüge, das dem Menschen Sicherheit und Geborgenheit vermittelt.

Lebensqualität äußert sich in der Tat vor allem im Erfahren von Geborgenheit und Beheimatung und im daraus sich ergebenden Wissen, wohin ich gehöre und wo ich wirklich zu Hause bin.

Die Bedeutung des Lebensraumes nach der Benediktusregel

Das Zuhause für die Benediktinermönche ist das Kloster. Im umfassenderen Sinn beschreibt Benedikt dies so: „Die Werkstatt aber, in der wir das alles sorgfältig verwirklichen sollen, ist der Bereich des Klosters und die Beständigkeit in der Gemeinschaft.“ (RB 4, 78) Mit diesem Wort beantwortet Benedikt die beiden für Lebensqualität so wichtigen Fragen: „Wohin gehöre ich?“ und „Zu wem gehöre ich?“. Im Gefühl, nur hin- und hergetrieben zu sein, herumgestupst zu werden, nirgendwo hinzugehören sowie innerlich als auch äußerlich unbeständig zu sein, sind eher Kennzeichen eines missglückten Lebens. Mit Bedauern spricht Benedikt von Mönchen, deren Lebensqualität sehr zu wünschen übrig lässt: „Immer unterwegs, nie beständig, sind sie Sklaven der Launen ihres Eigenwillens und der Gelüste ihres Gaumens.“ (RB 1,11) Wer hingegen seinen Stand im Leben gefunden hat, wer weiß, wohin er gehört und wo sein Zuhause im geistigen, sozialen und auch räumlichen Sinne ist und dies auch konkret lebt, erfährt ein hohes Maß an Lebensqualität.

Die Bedeutung der Zeit nach der Regel des hl. Benedikt

Ebenso wie die Gestaltung des Lebens-

raumes ist für Benedikt die Gestaltung der Lebenszeit ein wichtiger Pfeiler für Lebensqualität. Die Gestaltung von Zeit ist ja schon im ersten Buch der Bibel vorgegeben. An sechs Tagen ist Zeit des Schaffens und der Ausstattung und am siebenten Tag ist der Tag des Abstandnehmens, des Ruhens, der Erholung und des Zu-sich-selbst-Findens. Auf diese Weise gewinnt Zeit an Qualität. Biblisch gesprochen wird so die Zeit geheiligt. Diese Heiligung der Zeit hat den Sinn, zerrissenes und auseinander strebendes Leben zu heilen. Wer von der Hektik zur Ruhe kommt, vertreibt nicht die Zeit, sondern gewinnt Zeit. Die Ordnung der Zeit lässt den Menschen ganz werden. Dieses Ganzwerden hat Benedikt im Blick, wenn er die Zeit in eine harmonische Abfolge von Gebet, Lesung und Arbeit gliedert. Die äußere Ordnung des Tages bringt Teilhabe am Prozess der Schöpfung: Alles dient der Konzentration und der Intensität auf das Wesentliche im Prozess der Entscheidung, was jetzt in richtiger Weise zu tun ist. Gebet und Arbeit, Lesung und Nachtruhe sind einer bestimmten Zeit zugeordnet. Dadurch ist der jeweilige Zeitraum geschützt, weil er nicht durch etwas anderes belegt wird. So dient die Gestaltung der Zeit dem eigenen Frieden und dem Frieden der Gemeinschaft. Deshalb ist Benedikt wichtig, dass „alles zur rechten Zeit geschieht“ (RB 47,1). So muss man zulassen und loslassen können, worin sich gewiss auch Reife der Persönlichkeit ausdrückt. Das Loslassen des einen fördert das Einlassen auf das andere. Das Leben gewinnt dadurch eine besondere Tiefe. Dem heiligen Benedikt scheint der moderne Stress nur vordergründig fremd gewesen zu sein. Schon damals machte er die Erfahrung, dass bisweilen der eine oder andere nicht wirklich da, nicht wirklich ganz anwesend ist, sondern anlässlich einer bestimmten Tätigkeit mit seinen Gedanken und Gefühlen noch immer bei Vorangegangenen verweilt oder schon zur nächsten Aufgabe eilt oder sich überhaupt schon mit etwas ganz anderem beschäftigt. Benedikt kennt nur zu gut, dass der „Mensch draußen herum-

schweifen kann“. Dabei meint er damit nicht nur das örtliche Herumschweifen außerhalb des Klostergebäudes, sondern durchaus auch die Zerstreutheit und das Herumschweifen der Gedanken und Gefühle außerhalb dessen, worin er eigentlich sein sollte. Seiner Erfahrung nach ist das für die Mönche „überhaupt nicht gut“ (vgl. RB 66,7). Manche, oft vom Menschen selbst produzierte Stresssituation und die damit einhergehende „Zerstreutheit“ ist vermutlich heute genauso wenig förderlich wie zur Zeit Benedikts. Diesem Stress der ungeordneten Zeit setzt Benedikt die Gestaltung der zur Verfügung stehenden Zeit entgegen. Dabei vermeidet er Einseitigkeiten, damit der Mensch sich nicht in das eine verliert und anderes nicht mehr wahrnimmt, was schließlich zur quälenden Lebensunlust – er nennt dies Akedia – führen kann. Denn Benedikt weiß nur zu gut, dass nicht gefüllte, bzw. nicht erfüllte Zeit Lebensüberdruß bewirkt. Deshalb setzt er am Anfang des 48. Kapitels seiner Regel, in der er die sinnvolle Gestaltung der Zeit erörtert, das Sprichwort: „Müßiggang ist der Seele Feind“ (RB 48,1). Ein bewährtes Heilmittel gegen Überdruß und Lebensunlust ist die harmonische Abwechslung zwischen Gebet und Arbeit – „ora et labora“ – , Freizeit (Lesung) und Nachtruhe sowie die Stabilität und die Treue zu diesem klösterlichen Leben, die Kraft gibt, auch Schwereres durchzuhalten und durchzustehen.

Ora – Bete

Benedikt räumt dem Gebet einen herausragenden Platz ein, indem er schreibt: „Operi Dei nihil praeponatur“ – „Dem Gottesdienst soll nichts vorgezogen werden“ (RB 43,3). Somit ist der Vater des abendländischen Mönchtums von Prioritäten im Leben überzeugt. Diese resultieren aus einer Lebensorientierung, die sich der Dimension, die über die irdische Wirklichkeit hinausweist, nicht verschließt, sondern diese immer wieder sucht. Die Erfahrungen einer letztgültigen Geborgenheit und Beheimatung sind das tragende Fundament der Lebensqualität, auf dem

anderes sinnvoll aufgebaut werden kann. Die Liturgie mit den verschiedenen Gebetszeiten ist nicht nur ein Gestaltungselement des Tages – sozusagen ein wichtiger Bestandteil des Tagesrituals –, sondern verweist zugleich auch auf den Rhythmus des Jahres mit den entsprechenden Höhepunkten. Der zentrale Höhepunkt des Jahres ist Ostern, auf das alles Übrige ausgerichtet ist.

Schlussendlich fasst er das ganze Leben als ein Hingehen zum ewigen Osterfest auf. „Mit geistlicher Sehnsucht und Freude erwarte er das heilige Osterfest“, so schreibt Benedikt, nachdem er über die Vorbereitungszeit auf Ostern feststellt hatte: „Der Mönch soll immer ein Leben führen wie in den vierzig heiligen Tagen“, die auf das größte Fest des Kirchenjahres vorbereiten. Das Ziel des ganzen Lebens ist für Benedikt also das ewige nie endende Osterfest. In der Feier des gemeinsamen Gebetes nimmt der Mönch jetzt schon teil an der himmlischen Liturgie und am ewigen Lobpreis Gottes.

Labora – arbeits

„Die Brüder sollen zu bestimmten Zeiten mit Handarbeit, zu bestimmten Stunden mit Lesung beschäftigt sein.“ (RB 48,1).

Das lateinische Wort für Arbeit ist „labor“, was zugleich „Mühsal, Plage, Beschwerlichkeit“ bedeutet. So wurde die Arbeit, vor allem die körperliche Arbeit, in der Antike mit den Sklaven in Verbindung gebracht. Das griechische Wort für „Handwerker“ – banausos – entwickelte sich immer mehr zum Schimpfwort, das sich im Ausdruck „Banause“ bis heute erhalten hat. Nach Platon erfährt der Handwerker durch seine manuelle Tätigkeit eine Schädigung an Leib und Seele. Cicero unterscheidet zwischen operae honestae et liberales, also zwischen ehrenhaften Tätigkeiten, nämlich der geistigen Beschäftigung, und den operae illiberales et sordidae, eben den körperlichen Tätigkeiten. In der Antike entsprach dem freien Bürger eher das otium (Muße),

wobei man damit nicht den Müßiggang meinte, sondern das Zeithaben für geistige Beschäftigung, Philosophie und den Dialog bis hin zu den geistreichen Symposien. Die Negierung des otium war das negotium, worunter man die manuelle Arbeit verstand. Es ist wohl mit ein Verdienst Benedikts, dass die Arbeit einen besonders gebührenden Platz in der Gestaltung der Zeit bekam. Dabei ist aus dem Zusammenhang der Regel zu erkennen, dass es Benedikt nicht nur um die wirtschaftliche Sicht der Arbeit ging, also um die Beschaffung des Lebensunterhaltes, auch nicht um körperliche Fitness, sondern in erster Linie um das Wohl der Seele und des ganzen Menschen. Für Benedikt ist der Mensch das Ziel der Arbeit. Sie soll zur Persönlichkeitsentfaltung und zur Lebensfreude beitragen. Offensichtlich kannte Benedikt auch die verheerenden Folgen der „Arbeitslosigkeit“ wie das Absacken in Antriebslosigkeit und die Flucht in Banalitäten und in das Geschwätz sowie den Verlust von jeglicher Motivation. Weitere Folgen sind für ihn Depression und schließlich der Lebensüberdruß, der sich in der Freudlosigkeit am klösterlichen Leben insgesamt äußert. Darum sollte jeder im Kloster die für ihn geeignete Beschäftigung haben, sodass die ihm zugewiesene Arbeit die Erfahrung vermittelt, etwas wert und nicht ins Abseits abgedrängt zu sein. Weil eben durch die Arbeit die Erfahrung der eigenen Würde gestärkt wird, hat für Benedikt die Arbeit an sich auch selbst einen innewohnenden Wert. Das führt sogar so weit, dass Benedikt die zur Arbeit nötigen Werkzeuge wie heiliges Altargerät behandelt wissen will. (vgl. RB 31,10) Als Teilnahme am Schöpfungswerk Gottes trägt die Arbeit zur Lebensqualität bei. Freilich kann sich jemand auch in die Arbeit verlieren, kann zum Arbeitssüchtigen werden. Im Volksmund hat man später vom „Arbeitsteufel“ gesprochen, der jemanden unaufhörlich reitet.

Legere – lies

Beim flüchtigen Lesen der Regel Bene-

dikts könnte man den Eindruck gewinnen, der Mönch müsse neben dem Gebet und der Arbeit zusätzlich in Pflicht genommen werden, indem er sich der Lesung zu widmen hat. Doch Benedikt formuliert: „Von der vierten bis zur sechsten Stunde sollen sie (die Mönche) frei sein für die Lesung“ (RB 48,4). Lesung wird offensichtlich hier und an anderer Stelle als Freizeitbeschäftigung gesehen. In der Tat geht es bei dieser Beschäftigung um ein absichtsloses Tun. Die Mönche Benedikts lesen in dieser Zeit nicht, um Informationen für einen Vortrag zu sammeln oder Material für die Herausgabe eines Buches zu sichten. In erster Linie geht es um einen Freiraum. Deshalb kam es ja auch nicht darauf an, wie viel man las, sondern man wollte sich im Gegenüber mit der Lektüre selbst Zeit gönnen, um auch dadurch zu sich selbst zu kommen und dabei sein eigenes persönliches Leben zu vertiefen. Freizeit, die im Umfeld des sechsten Jahrhunderts eine andere äußere Gestalt als im 21. Jahrhundert besaß, ist durchaus ein Thema der Lebensgestaltung für Mönche. „Frei sein“ und „einen Freiraum haben“ ist im Mönchtum von Anfang an lebendig. Unter Freizeit verstand man allerdings nicht den Zustand des Nicht-beschäftigt-Seins, sondern des Nicht-in-Anspruch-genommen-Seins für bestimmte Aufgaben wie Arbeit, Gespräche, Termine und Verpflichtungen jeglicher Art. Benedikt möchte kurzum, dass der Mönch auch Zeit hat für sich selbst.

Diese Freizeit hat eine mehrfache Bedeutung: Sie dient der Erholung, der Förderung und Stärkung der Beziehungen und dem Ausgleich für Arbeit und Gebet.

Erholung:

Es geht um das Abschalten von Betriebsamkeit und um das Regenerieren der Kräfte. Auch dazu dient die Stille. Außerdem soll der Mönch es aushalten können, wenn einmal nichts los ist, bzw. er soll es bei sich

selbst aushalten können. Bernhard von Clairvaux mahnt in seinem Werk „De consideratione“ dazu, sich auch für sich selbst Zeit zu nehmen. Wenn man schon für alle Menschen da sein möchte, dann dürfe man dabei sich selbst nicht ausschließen. So wie man sich anderen widmet, muss man sich auch sich selbst widmen.

Förderung und Stärkung der Beziehungen zu anderen Menschen

Benedikt hat selbst erfahren, dass nur der wirklich zu den Menschen findet, der sich selbst gefunden hat. Dies schildert vor allem sein „Biograph“ Gregor der Große. Erst nachdem er sich selbst gefunden hat, geht Benedikt daran, Klöster zu gründen. Nun kann er für andere da sein und sie begleiten und führen. Andererseits besteht auch kein Zweifel daran, dass man im Gegenüber der Mitmenschen zu sich selbst kommt. Die Pflege persönlicher Beziehungen ist für die Lebensqualität wichtig. Aus diesem Grund ist gerade Benedikt die Gemeinschaft und die ehrfürchtige Begegnung und Beziehung der Mitbrüder untereinander so überaus bedeutungsvoll. Die Pflege der persönlichen Beziehungen findet in der modernen Gesellschaft hingegen besonders in der Freizeit ihren Platz. Hier ist der nötige Freiraum, um sie zu pflegen und zu vertiefen.

Freizeit als Ausdruck des rechten Augenmaßes

So fordert Benedikt vom Abt: „Er denke an die maßvolle Unterscheidung des heiligen Jakob, der sprach: ‚Wenn ich meine Herden unterwegs überanstrengte, werden alle an einem Tag zugrunde gehen.‘ Diese und andere Zeugnisse maßvoller Unterscheidung, der Mutter aller Tugenden, beherzige er“ (RB 64, 18-19). Dies muss wohl auch bei der Gestaltung der Zeit berücksichtigt werden.

Nicht nur in den angeführten Beispielen aus dem Leben und der Regel Benedikts geht es um Lebensqualität, sondern die

ganze Regel legt grundsätzlich dafür Zeugnis ab. Benedikt schuf mit ihr die besten Voraussetzungen, dass das Leben gelingt. Dazu gehört die Überschaubarkeit und Erklärbarkeit von Lebenserfahrungen, die Balance zwischen Überbelastung und Unterbelastung sowie die Teilhabe am Entscheidungsprozess. Diese Überlegungen müssten noch weiter entfaltet und vertieft werden, um so plausibel und evident zu erkennen, dass die Regel Benedikts Vorgaben enthält, die es ermöglichen, dass der Mensch in seinem Leben glücklich wird. Benedikt möchte den Weg dafür bereiten. So soll der Mönch schon in diesem Leben – wie sich die Regel ausdrückt – gute Tage sehen, und es soll der Weg dafür geebnet werden, dass er das ewige Glück in der Vollendung des Lebens findet. So sagt die Regel, sich auf Christus beziehend: „Er führe uns gemeinsam zum ewigen Leben“ (RB 72,12).

Vor fast eintausendfünfhundert Jahren hat Benedikt seine Lebensordnung für Mönche geschrieben. In dieser langen Zeit haben unzählige Menschen erkannt, dass ihnen diese Regel für ihr Leben Unschätzbares zu geben vermag. Sie hat ihnen zu mehr Lebensqualität verholfen, zumal sie sich über so lange Zeit auch im Praktischen bewährt hat. Benedikt verstand tatsächlich die Kunst zu leben. Seinen Mönchen suchte er dies an Hand seiner Erfahrung einfühlend zu vermitteln. Bis auf den heutigen Tag können die Menschen von diesem Lehrmeister Europas diese Kunst des Lebens lernen.

P.S.: RB = Regula Benedicti, Regel des hl. Benedikt

Quellen:

- [1] Regula Benedicti, Die Benediktusregel, lateinisch/deutsch, herausgegeben im Auftrag der Salzburger Äbtekonzferenz, Beuroner Kunstverlag, 2. Auflage Juni 1996; ISBN 3-87071-061-6 mit einer guten Einführung und Literaturangabe
- [2] Gregor der Große, Der heilige Benedikt, Buch II der Dialoge, lateinisch/deutsch, herausgegeben im Auftrag der Salzburger Äbtekonzferenz, EOS-Verlag St. Ottilien 1995; ISBN 3-88096-730-X mit umfangreichem Literaturverzeichnis
- [3] Johannes Claudius Eckert, Dienen statt Herrschen, Unternehmenskultur und Ordensspiritualität, Schäffer-Poeschel-Verlag Stuttgart 2000; ISBN 3-7910-1676-8 (mit umfangreicher Literaturangabe)
- [4] Hans Hofinger, Regula Benedicti als Managementlehre, Benedikt als Menschenführer; 2000 by Österreichischer Genossenschaftsverband (Schulze-Delitzsch) ISBN 3-9500461-7-8