

# Aus der Benediktsregel

## Versuche einer Übertragung ins Heute

von Klaus-Ludger Söbbeler OSB

---

Übersetzen ist immer ein Wagnis; je älter und vertrauter, gebrauchter und verbraucherter ein Text ist, desto schwieriger und wichtiger sind Versuche, ihn außerhalb der gewohnten Bahnen zum Sprechen zu bringen. Als Deutschlehrer wie als Novizenmeister kennt Klaus-Ludger Söbbeler OSB die Aufgabe, zwischen Inhalt, sprachlichem Gewand und zeitgenössischen Lesenden und Lebenden zu vermitteln.

*Was diese Übersetzungsversuche wollen ...*

*Sprachlich sind die Formulierungen dieser Übertragungsversuche sehr weit von den gängigen deutschen Versionen der Benediktsregel entfernt.*

*Das scheint mir aber der unvermeidliche Preis zu sein, um das in unsere Zeit zu über-setzen, was Benedikt von Nursia und die Menschen in seinem Umkreis beabsichtigt haben, als sie im sechsten Jahrhundert in den 73 Kapiteln der Regel ein Programm christlichen Lebens zusammengestellt haben.*

*Denn eine für uns Heutige hilfreiche Übertragung muss nicht nur den Graben zwischen dem Spätlatein der ausgehenden Antike und dem Alltagsdeutsch des 21. Jahrhunderts überbrücken. Viel schwerwiegender ist, dass Kernbegriffe in gut 1500 Jahre ihre Bedeutung gewechselt haben, – oft ganz schlicht durch bewussten oder unbewussten „kirchlichen Missbrauch“.*

*So wurde zum Beispiel aus dem „Gehorsam“ als der Fähigkeit, mir „vertrauensvoll etwas sagen zu lassen“ eine Methode der Machtausübung. Oder: Die „Hölle“ wandelte sich von der ernsthaften Mahnung, sich nicht selbst zu verfehlen, in eine Art „ewiges Straflager für alle, die nicht brav sind.“ ...*

*Die Grundidee meiner Versuche ist, solche Fehlverständnisse durch „unverbraachte“ und damit vielleicht zunächst „fremde“ Formulierungen so gut wie möglich rückgängig zu machen.*

# Prolog

## *Wahrnehmen – Vertrauen – In die Hand nehmen*

Nimm die leise Stimme wahr, die ganz tief in dir ist, dein sehnsüchtiges Fragen nach lohnendem Leben und erfüllender Begegnung. Riskier das Vertrauen, dir von Gott das Leben schenken zu lassen. Nimm dein Leben in die Hand und nutze deine Möglichkeiten und deine Zeit. Kurz: Schließe dich auf, schalte auf Empfang, bleib nicht stehen, geh über dich hinaus. Ziel deines Lebens bist nicht du selbst, es ist mehr.

Du willst heimkehren zu dir selbst? Du merkst, dass dich das Vielerlei der Dinge müde macht, verwirrt und träge? Dann suche aufmerksam zu sein, für das, was dir wirklich entspricht. Verlass dich darauf, dass das Leben Gottes Einladung an dich ist.

Deine Stärke ist nicht, was du glaubst aus dir machen zu müssen, um gut dazustehen. In dir steckt viel mehr als du ahnst, wenn du dich nur traust, deine begrenzte Selbsteinschätzung hinter dir zu lassen und wenn du anfängst, dich mit den Augen Gottes zu sehen. Ihm ist so viel an dir gelegen, dass er Mensch geworden ist, einer wie du. Auf ihn, Jesus Christus, kannst du dich verlassen.

Der Gedanke, dass deine kleine Kraft nicht ausreicht, soll dich nicht abschrecken. Suche stattdessen Zeiten der Stille und des Gebetes. Schaffe so in dir den Raum, in dem wachsen kann, was Gott in dich hineingelegt hat.

Wenn du suchst, was wirklich gut für dich ist, gibt es keinen besseren Weg, als so lange in deine eigene Tiefe zu lauschen, bis du die Stimme Gottes hören kannst. Sie wird dir den Weg weisen. Ansonsten bringst du dich in die Gefahr, unter deinen Möglichkeiten zu bleiben und dich zu jedermanns Knecht zu degradieren.

## *Wachheit*

„In Gottes Größe bis du groß.“ Lass dich von dieser Zusage wachrütteln, reiße deine Augen und Ohren, dein Herz für diesen Satz auf, damit deine Angst vor dem Leben dich nicht „zu“-macht.

## *Angstmacher in die Schranken weisen*

Alle die dir Angst machen, wollen dich beherrschen und dich für ihre eigenen Zwecke missbrauchen. Lass nicht zu, dass die Angstmacher deine Gedanken besetzen. Nimm stattdessen ernst, dass Gott deine Lebendigkeit, deine Freiheit und deine Begabung zur Liebe wachsen sehen möchte. Wisse: „Die Furcht vor Menschen bringt Sklaverei, die Furcht vor Gott befähigt zur Freiheit.“ Lebe so, dass sich Gottes Gaben in dir entfalten können. Sieh das Gute in dir und in jedem Menschen. Mach dich zuversichtlich

auf den Weg. Du wirst unterwegs alles finden, was du brauchst, und immer wieder darüber staunen, wie herrlich es ist, in Gott zu sein.

### *Mit leichtem Gepäck*

Geh deinen Weg mit leichtem Gepäck und zügig. Belaste dich nicht mit Dingen und Gedanken, die Leib und Seele schwer machen. Manchmal wirst du mit dir selbst kämpfen müssen, wenn sich Enttäuschung und Wut, irreführende Verlockungen und Zweifel an dir selbst, Machtträume oder Resignation in dir festsetzen wollen. In solchen Augenblicken der inneren Zerrissenheit lenke deinen Blick auf die Schönheit von Gottes Schöpfung und auf die Gaben und Kräfte, die dir geschenkt sind. Selbst wenn die Stürme des Lebens dich durchrütteln: Umwerfen werden sie dich nicht.

### *Carpe diem*

Dass das Leben kurz ist, soll dich nicht ängstigen. Es sporne dich vielmehr an, jeden Tag und jede Stunde zu nutzen, um vorwärts zu kommen. Am Ende deiner Zeit erwartet dich nicht der Sturz ins dunkle Loch des Todes, sondern das Fallen in Gottes Hand. Lauf deshalb nicht vor ihm weg, weil deine Gedanken dich mal hierhin, mal dorthin ziehen. Behalte vielmehr dein Ziel, die Heimkehr, fest im Blick. Du wirst erleben, dass Gott dir entgegenkommt wie dein Vater, der auf dich wartet.

### *Lebensschule*

Nimm das Leben wie eine „Schule“, in der du üben kannst, der zu sein, der du aus der Sicht Gottes wirklich bist. Wenn es dabei einmal eng und hart wird, verlier nicht das Vertrauen in deinen Weg, erst recht nicht, wenn du merkst, dass die eigene Kraft allein nicht ausreicht und du Hilfe brauchst. Gerade dann geh geduldig Schritt um Schritt weiter. Vertrau darauf, dass unterwegs dein Herz größer wird. Und auf einmal, und ohne dass du weißt wie, gehst du den Weg, den Gott dir unter die Füße legt, in der unbeschreiblichen Leichtigkeit der Liebe.

## **RB 1: Die Arten der Mönche**

Erfahrungsgemäß trifft man in einer „Lebensschule“ vor allem auf vier Arten von Menschen. Es ist hilfreich, darum zu wissen, um andere fair einschätzen zu können.

### *Der Sucher*

Der „Sucher“ kommt in einer „Lebensschule“ am häufigsten vor. Auf den ersten Blick fällt er nicht besonders auf. Er ist an allem interessiert, was ihm für seinen Lebensweg dienlich sein könnte und er ist bereit, Zeit und Kraft zu investieren, um sich Neues zu erschließen. Er sucht die Unterstützung durch andere, weiß den Austausch mit ihnen zu schätzen und trägt gerne seinen Teil dazu bei. Diese Eigenschaften machen es ihm leicht, am Leben einer „Schule“ teilzunehmen.

### *Der Virtuose*

„Virtuosen“ sind Könner, die wissen, was sie wert sind. Sie verstehen viel vom Leben, ruhen in sich und wirken auf andere faszinierend. Sie sind gute Vorbilder, aber manchmal ungeduldig mit denen, die noch lernen und üben müssen. Für sich selbst können sie aus einer „Schule“ nur noch wenig Gewinn ziehen. Außerdem kann es sein, dass ein „Virtuose“ besonders viel Anerkennung und Bewunderung braucht, um „bei der Stange zu bleiben“.

### *Der Patchworker*

Mit einem „Patchworker“ zusammen zu sein, ist angenehm. Er weiß, was schön und interessant ist, und sorgt dafür, dass sich alle wohl fühlen, mit denen er gerade zusammen ist. Allerdings muss man damit rechnen, dass ihn morgen etwas ganz anderes begeistert. Ob er irgendwo mitmacht, weiß man immer erst, wenn er tatsächlich auftaucht.

### *Der Unruhige*

Wenn einer Vieles kennt und deshalb selten mit dem zufrieden ist, was er gerade vorfindet, könnte er zu den „Unruhigen“ gehören. Er steckt voller guter Ideen. An sich und andere stellt er hohe Ansprüche. Oft leidet er an seinen Grenzen und an denen der anderen. Innerlich und äußerlich ist er viel unterwegs, weil es anderswo möglicherweise besser sein könnte. Sein Motto: „Mir nach, ich komme gleich.“

Eine „Lebensschule“ ist vor allem geeignet für die „Sucher“. Deshalb sind im Folgenden besonders sie im Blick.

## RB 2 und RB 64: Der Abt

### *RB 2: Leitung als Vaterschaft verstehen*

Wer als Abt die Aufgabe der Leitung übernimmt, ist der Vater eines jeden. Alle sind ihm anvertraut, keiner gehört ihm. Unter der Obhut eines Abtes soll wachsen, sich entfalten und reifen, womit Gott den Einzelnen begabt hat. Maßstab seines Handelns ist Gottes Plan, der in jeden Menschen eingepflanzt ist. Einem Menschen zu vermitteln, was in ihm steckt, so dass er seine Berufung als sein Eigenes annehmen und im Leben verwirklichen kann, das ist der anspruchsvolle Sinn der Vaterschaft, die ein Abt übernimmt.

### *Wofür ein Abt verantwortlich ist*

Die Verantwortung eines Abtes ist groß. Jeder einzelne, der nicht an sein Ziel kommt, ist ein unersetzlicher Verlust. Weil Gott keinen Menschen fallen lässt, wird auch ein Abt niemanden verloren geben. – Um seine eigene Seele zu bewahren, darf sich ein Abt allerdings nicht die Folgen undurchdringlicher Hartherzigkeit als eigenes Versagen anrechnen und vorwerfen lassen.

### *Die Kraft des persönlichen Beispiels*

Ein Abt weiß: Um Mensch nach dem Bild Gottes zu werden, braucht es vor allem das glaubwürdige Vorbild. Worte werden erst wirksam, wenn sie durch das Leben gedeckt sind. Kaum etwas ist schädlicher als der Widerspruch zwischen Reden und Tun. Wirklich verletzend ist es, von jemandem kritisiert zu werden, der seine eigene Begrenztheit nicht im Blick hat.

### *Wertschätzung*

Jeder hat ein Recht auf Wertschätzung. Eine Rangordnung aus Gründen der Herkunft oder der Sympathie darf es nicht geben. In der Sicht Gottes gibt es keine Klassengesellschaft. Als Menschen auf dem Weg zu ihm sind alle gleich. Zu unterscheiden wisse ein Abt jedoch zwischen denen, die leichter vorankommen und denen, die sich schwerer tun.

### *Spüren, „was dran ist“*

Ein Abt erspürt, „was dran ist“. Deshalb begegne er jedem so, dass es weiterhilft: Je nach Situation wird er den ihm Anvertrauten mit Strenge oder gutem Zureden,

mit Ernst oder liebevoller Güte begegnen. Ein nachlässiger, unruhiger oder trotziger Charakter braucht entschiedenes Gegenhalten. Ermutigung ist angesagt gegenüber den Aufmerksamen, Gutwilligen und Geduldigen.

### *Nicht wegsehen, wenn jemand in die Irre geht*

Wenn jemand auf einen Irrweg gerät, darf ein Abt nicht wegsehen, weil er die Auseinandersetzung scheut. Eine Fehlentwicklung lässt sich umso wirksamer korrigieren, je früher sie angegangen wird. Auch hier soll ein Abt unterscheiden können zwischen dem, dem eine eindringliche Ermahnung hilft, und dem, der eine konsequente Reaktion oder sogar eine Strafe braucht, um wach zu werden. Deshalb ist eine Strafe dann angemessen, wenn jemand durch sie die Folgen seines Fehlers am eigenen Leib so spürt, dass er dadurch lernt und weiterkommt.

### *Einfühlungsvermögen*

Für eine große Zahl ganz verschiedener Menschen verantwortlich zu sein, erfordert ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen. Um wachsen zu können, braucht jeder eine ihm entsprechende Behandlung: Der eine will gewonnen, der andere angetrieben, der dritte überzeugt werden. Wo immer es einem Abt gelingt, den richtigen Ton zu treffen, wird er mit Freude erleben, wie Menschen aufblühen und sich entfalten.

### *Der Mensch ist wichtiger als das Funktionieren*

Der Mensch hat Vorrang vor allem anderen. Diesen Grundsatz hält ein Abt auch durch, wenn organisatorische, formale oder finanzielle Aspekte dagegensprechen. Auch der „gute Ruf“ ist kein Grund, jemanden im Stich zu lassen. Derartige Situationen fordern heraus, die Menschenliebe Gottes ebenso ernst zu nehmen wie das Vertrauen auf seinen Beistand.

### *Der Zuspruch im Anspruch*

Im hohen Anspruch, vor den sich ein Abt gestellt sieht, liegt für ihn selbst ein ermutigender Zuspruch: Indem er das Werden und Wachsen anderer begleitet, wird er auf seinem eigenen Weg vorankommen und zu einem Menschen heranreifen, der der Begegnung mit Gott gewachsen ist.

## RB 64

### *Den geeigneten Abt finden*

Der verlässlichste Weg, den Richtigen mit der Aufgabe eines Abtes zu betrauen, ist die einmütige Zustimmung aller. Nötig ist dabei, dass sich keiner an persönlichen Sympathien orientiert, sondern dass jeder an der Frage Maß nimmt, wer am besten geeignet ist, den Dienst der Leitung gemäß der Vorstellung Gottes zu versehen. Es kann hilfreich oder sogar nötig sein, dass Außenstehende bei der Auswahl mitwirken, um eine schädliche Weichenstellung zu vermeiden.

### *Nicht herrschen, sondern helfen*

Aus dem Bewusstsein seiner großen Verantwortung heraus ist sich ein Abt darüber im Klaren, dass er nicht zum Herrschen, sondern zum Helfen da ist. Um das zu können, kennt und schätzt er die Erfahrungen der Früheren. Neues kann er beherzt aufgreifen. Beides überträgt er klug auf die gegebene Situation. Das setzt Selbstlosigkeit, Nüchternheit und Barmherzigkeit voraus. Er ruft sich immer wieder ins Gedächtnis, dass auch er auf Großzügigkeit und Verständnis angewiesen ist. Deshalb kann er zwischen Person und Sache unterscheiden, wenn er etwas korrigieren muss.

### *Wachstum ermöglichen*

Ein Abt kennt die Grenze zwischen heilsamer und vernichtender Kritik. Schließlich braucht auch er selbst Menschen, die seinen Grenzen und Schwächen mit Einfühlungsvermögen begegnen. Jemand der schon geschwächt ist, darf nicht vollends zerbrochen werden. Noch einmal sei daran erinnert, dass ein Abt mit Schwierigkeiten und Fehlern so klug, entschieden und liebevoll umgehen muss, dass der Betroffene weiterkommt. Es entspricht einem Abt mehr, durch Zuwendung Vertrauen aufzubauen, als sich mit Härte durchzusetzen.

### *Das jeweils richtige Maß anlegen*

Ein Abt ist weder forsch noch ängstlich. Er versteht es Grenzen zu setzen, ohne engstimmig zu sein. Er freut sich an Fortschritten der anderen und verbindet wache Aufmerksamkeit mit Gelassenheit. Ansonsten wird er mit sich und seiner Aufgabe keinen Frieden finden. Entscheidungen trifft er besonnen und behält dabei das Ganze im Blick. Bevor er etwas tut, prüft er gründlich, was der jeweiligen Situation entspricht und findet so das richtige Maß. Er achtet darauf, dass niemand über die Grenzen seiner Möglichkeiten getrieben wird und deshalb Schaden nimmt. Das „Gespür für das, was

hier und jetzt dran ist“ ist die wichtigste der für seine Aufgabe erforderlichen Fähigkeiten. So von ihrem Abt begleitet und geführt, werden sich Stärkere ausreichend gefordert fühlen und Schwächere nicht den Mut verlieren. Um seiner Aufgabe gerecht zu werden, tut ein Abt gut daran, sich am Erfahrungsschatz dieser Regel zu orientieren.

### *Die Frucht der Mühe*

Wo immer die ihm Anvertrauten gute Voraussetzungen zum Leben finden und auf Gott hin wachsen, darf sich ein Abt von Herzen darüber freuen, wie viel Gutes er mit den Gaben bewirken konnte, die Gott ihm geschenkt hat.

## RB 7: Die Demut

### *Der Wirklichkeit entsprechen*

Wer größer dastehen will, als er ist, der stürzt irgendwann ab. Wer mit beiden Beinen auf der Erde steht, findet zu seiner wirklichen Größe.

Wer diese Grund-Sätze verstanden und angenommen hat, wird frei von der Last der Selbstüberschätzung und der Selbstüberforderung, weil er weder sich selbst noch andere Menschen vergöttert. Er darf Mensch unter Menschen sein und verrennt sich nicht in Ideen und Vorhaben, die seine Möglichkeiten übersteigen.

Leider geschieht oft das Gegenteil. Die Folgen sind fatal: Menschen leben an der Wirklichkeit vorbei und spielen sich und anderen die Größe eines Scheinriesen vor. Damit verhalten sie sich so unsinnig wie ein Säugling, der sich weigert, die Milch seiner Mutter zu trinken.

Wie kann man diesem verkehrten Verhaltensmuster entkommen? Ein Bild der Bibel veranschaulicht es: Der Urvater Jakob, so wird erzählt, sah in einem Traum eine Leiter, auf der Engel zur Erde herab- und zum Himmel hinaufstiegen (vgl. Gen 28,12–22). Die Richtung, in die sie gehen, um zur Höhe zu gelangen, ist der Weg in die Tiefe. Dieses Paradox spiegelt ein Grundgesetz menschlichen Daseins wieder: Das Ergebnis verkrampften und angestregten Groß-sein-Wollens ist der Absturz. Hingegen erweist sich der Gang in und durch die Tiefe als Weg der Aufrichtung zu der Größe, die den Menschen Gott berühren lässt. Das Bild von der Jakobsleiter sieht das Leben des Menschen als dieses Auf und Ab zwischen Höhe und Tiefe. Die Holme der Leiter stellen die menschliche Existenz in Leib und Seele dar, die „Stufen“ die alltägliche Wirklichkeit.

### *Erste Stufe: Der Vorrang Gottes*

Die „Grundstufe“ besteht darin, Gott als Maßstab des Lebens zu respektieren. Weder deine Augenblicksstimmungen noch Menschen in deinem nahen oder weiteren Umfeld haben das Recht, dich wie ein „Herrgott“ zu beherrschen. Deshalb halte dir immer wieder vor Augen, dass Gottes Gebote nicht einschränkende Vorschriften, sondern Wegweiser zu einem menschengemäßen Leben sind – und wie sehr ihre Missachtung dich selbst und andere beschädigen oder sogar zerstören kann. Sei achtsam, dass du dich freihältst von Selbstüberhebung und den daraus folgenden Fehlhaltungen im Denken, Reden, Handeln und bei Entscheidungen, die du triffst: Wo dich zufällige Impulse von innen oder außen steuern, gehst du wahrscheinlich in die Irre. Mach dir den Grundsatz zu eigen, dass der Blickwinkel Gottes die Richtung für das Gelingen deines Lebens weist. Wisse um sein tiefstes Geheimnis: Immer und überall steht er mit dir in Beziehung, auch wenn du selbst blockiert oder zu betriebsam bist, um seine Gegenwart zu spüren.

Deshalb besteht deine Lebensaufgabe darin, der Nähe Gottes zu entsprechen, indem du sie zulässt und alles überwindest, was dich daran hindert, ihm zu vertrauen.

Schon die Bibel zeigt aus vielen Perspektiven, dass die große Gefährdung des Menschen das Misstrauen gegenüber Gott ist. Es gründet in der Versuchung, selber Gott sein zu wollen. Deshalb lautet der Kernsatz allen Betens: In mir geschehe dein Wille. Denn vieles, was dir auf den ersten Blick richtig erscheint, steuert dich in Wirklichkeit in den Morast der Verirrung und der Selbstverfehlung. Die Geschichte der Menschheit ist voll von derartigen Katastrophen.

Gott hat unsere Gefährdungen im Blick. Sie können einen tiefen Sinn haben, wenn wir an ihnen die Kraft einüben, uns nicht irgendwie treiben zu lassen, sondern uns zu lenken. Wer seine schwachen Seiten wahrnimmt, sie versteht und ihnen gegenüber achtsam ist, der wird den Abgründen auf seinem Lebensweg nicht erliegen. Stattdessen wird er gerade in ihnen den Grund finden, auf dem er sicher stehen kann.

### *Zweite Stufe: Gottes Blickwinkel*

Schritt um Schritt wirst du an Gottes Vorstellung von dir Gefallen finden. Du wirst merken, dass seine Idee von deinem Leben bei weitem faszinierender und lohnender ist als dein eigenes, unvollständiges und deshalb viel zu enges Selbstbild.

### *Dritte Stufe: Vertrauen*

Eine unerlässliche Hilfe auf diesem Weg besteht darin, dich jemandem anzuvertrauen, der Erfahrung und ein gutes menschliches Gespür hat. Dadurch lernst du „das Ohr deines Herzens zu neigen“ und du wirst erfahren, wie erfüllend das aufmerksame und vertrauensvolle Hören auf Menschen, auf dich selbst und vor allem

auf Gott ist, so sehr, dass du schließlich sogar – wie Jesus – das Sterben als Ruf ins Leben verstehen und bestehen kannst.

#### *Vierte Stufe: Standfestigkeit und Geduld*

Ein solcher auf Vertrauen gründender Gehorsam wird konkret, wenn du dich vor Ansprüche gestellt siehst, die dir gegen den Strich gehen, oder wenn du in Situationen gerätst, die dich kränken. Halte dann in Ruhe stand und „wirf dich der Geduld in die Arme“. Lass dich auf keinen Fall entmutigen oder zum Weglaufen verführen. Wer lange und geduldig nach einem Stand sucht, wird eher Klarheit finden als der, der jeder Belastung ausweicht. Ein tapferes und mutiges Herz findet in solchen Augenblicken, dass die Rettung tatsächlich im Gottvertrauen liegt: Dem Widrigen nicht nachzugeben, macht den Weg frei für die Beziehung mit Gott. Denn so kann die Liebe kraftvoller sein als Menschenverachtung und Aggression. Situationen die sich anfühlen wie ein Feuer, wie eine Falle oder wie eine unerträgliche Last, fordern dich heraus, dein Bestes in die Tat umzusetzen, nämlich die Fähigkeit zu lieben.

Die Bergpredigt nennt Beispiele für solche Situationen:

- Eigentlich treibt den, der mir ins Gesicht schlägt, die Sehnsucht nach Nähe zu mir.
- Eigentlich möchte der, der mich beraubt, mit mir teilen.
- Eigentlich sucht der, der mich zu etwas zwingt, Gemeinschaft mit mir (vgl. Mt 5, 38–42).

Es ist wirklich so: Gott hat dich mit der Fähigkeit begabt, einen Fluch durch den Segen zu überwinden, gerade da, wo der Augenschein das Gegenteil nahelegt.

#### *Fünfte Stufe: Ehrliche Selbsteinschätzung*

Besonders herausfordernd ist der Umgang mit Gedanken, Gefühlen und Verhaltensweisen, die du selbst nicht wahrhaben willst und vor anderen verstecken möchtest: Selbstbetrug verdirbt den Blick!

Übe dich darin, gerade deine dir selbst unheimlichen Seiten mit einem vertrauenswürdigen Wegbegleiter zu besprechen und anzuschauen. Du wirst erleben, dass solches Vertrauen sich lohnt, weil es den Weg frei macht, auf dem Gottes Güte dein Herz erreicht.

#### *Sechste Stufe: Die Wirklichkeit annehmen*

Entdecke im Licht des freien Blicks auf dich selbst, dass gerade das, was von außen wie das Allergeringste aussieht, Erfüllung schenken kann. Deine wirkliche Größe steckt nicht in einer künstlich erzeugten Großartigkeit.

### *Siebte Stufe: Scheitern und neu anfangen*

Ja noch mehr: Zu scheitern, „ganz unten“ zu sein, hat den tiefen Sinn, dir bewusst zu machen, dass du dir Ziele gesetzt hast, die – so gut sie nach außen aussehen mögen – falsch sind, weil sie dir nicht entsprechen. Der Augenblick der Scham darüber ist zugleich der Moment, in dem du verstehst, welche Sehnsucht und welchen Ruf Gott wirklich in dein Herz gelegt hat.

### *Achte Stufe: Jeder Augenblick trägt in sich die Kraft, ihn zu bewältigen*

Langsam findest du die Freiheit, ganz einfach das zu tun, was im Augenblick dran ist.

### *Neunte Stufe: Souveränität*

Du hast es nicht mehr nötig, dich in jedes beliebige Geschwätz einzuschalten, weil du die Angst los geworden bist, übergangen zu werden. Deshalb musst du dich nicht dauernd nach dem Wind drehen.

### *Zehnte Stufe: Diskretion*

Auch kannst du auf blödes Gerede und Gelächter über die Schwächen anderer verzichten.

### *Elfte Stufe: Konstruktiv sein*

Wo du gefragt bist, kannst du dein Wort machen. Bescheiden, freundlich, sachlich, aufbauend, klar und ohne falsche Dramatik wirst du auf den Punkt bringen, was zu sagen ist.

### *Zwölfte Stufe: Einklang von Innen und Außen*

Sogar die Sprache deines Körpers drückt aus, dass du die Angst vor dem Leben hinter dir gelassen hast. Du musst nicht mehr hochnäsiger und herausfordernd auftreten, um voller Anstrengung dein mühsam konstruiertes Selbstbild zu präsentieren. Mit der gelassenen und bescheidenen Ausstrahlung, die einer stimmigen Selbsteinschätzung entspricht, kannst du überall unterwegs sein, ohne aufgeblasen, aufgeregter oder verzagt zu wirken.

**Klaus-Ludger Söbbeler  
OSB**

geb. 1959 in Büren; Professur 1980; Studium der Theologie und Germanistik in Bonn und Münster, Studienreferendar in Duisburg; Priesterweihe 1994; seit 1988 Lehrer für Deutsch und Religion am Klosterschulhaus, zwischenzeitlich Schulleiter; Kursarbeit im „Haus der Stille“, Novizenmeister der Abtei.

## *Gespür für das Gute*

Wem das Auf- und Absteigen auf diesen Stufen zur Lebenshaltung geworden ist, der gelangt zur Liebe Gottes, die den Menschen durch und durch ergreift und die alle Angst vertreibt. Die Herausforderungen des Lebens sind kein Grund zu panischer Aufregung mehr, sondern es gelingt dir wie selbstverständlich, sie zu bestehen. Du bist nicht mehr getrieben von der Sorge zu versagen; stattdessen gehst du deinen Weg in der Kraft der Liebe Christi. In ihrer Klarheit entwickelst du ein natürliches Gespür für das Gute; das Richtige zu tun, wird dir zur Quelle unbefangener Freude.

Der Heilige Geist wird durch dich sichtbar, so wie durch jeden Menschen, der sein Leben von zerstörerischen Fehlhaltungen befreit hat, die der Kraft Gottes im Wege stehen.

## RB 72: Der gute Eifer

So wie es ein aus Verbitterung boshaftes Eiferertum gibt, das die Beziehung zu Mensch und Gott zerstört und in den Abgrund führt, so gibt es auch einen aufbauenden Eifer. Er widersteht der Falschheit und der Nachlässigkeit und öffnet so den Weg zu Gott und seinem unbegrenzten Leben. Um diesen „guten Eifer“ geht es. Ihn sollen die Mönche üben und stärken, indem sie mit aller Leidenschaft aus seiner Kraft leben und handeln.

Das bedeutet:

- Mönche kommen einander zuvor in gegenseitiger Wertschätzung und Hochachtung.
- Ihre eigenen Grenzen und die Schwächen der anderen nehmen sie an und tragen sie mit Geduld.
- In der Bereitschaft „sich etwas sagen zu lassen“, übertreffen sie einander.
- Niemand läuft dem hinterher, was ihm für sich selbst gerade passend erscheint. Vielmehr orientiert sich jeder an dem, was dem anderen weiterhilft.
- Seinen Brüdern begegnet ein Mönch mit von Herzen kommender Zuneigung, ohne sie zu vereinnahmen.
- Mönche lieben Gottes Nähe und vertrauen ihm auch dann, wenn er scheinbar fern und fremd ist.
- Mit seinem Abt pflegt ein Mönch eine liebevolle und aufrichtige Beziehung. Das heißt: Er weiß um seine Stärken und steht ehrlich und offen zu seinen Schwächen.

Nichts ist für Mönche wichtiger als Christus. Denn sie bauen darauf, dass er sie miteinander in das Leben geleitet, das größer ist als Zeit und Raum und herrlicher als alles, was sie sich vorstellen können.