

# Benediktinisch leben

Elke Larcher//Seit über 1200 Jahren «atmen» die Mauern des Klosters St. Johann in Müstair den benediktinischen Geist des «ora et labora et lege». Heute leben hier neun Nonnen nach der Regel des hl. Benedikt in einem klar strukturierten und ausgewogenen Alltag. Was können wir von ihnen lernen? Wagen wir doch einen Blick hinter die Klostermauern des UNESCO-Welterbes von Müstair.





Die Regel, nach der die neun Benediktinerinnen des Klosters St. Johann in Müstair leben, ist bereits 1500 Jahre alt. Die Tatsache, dass diese Regel heute noch von allen Benediktinern und Benediktinerinnen weltweit täglich gelebt wird und auch von anderen Orden ganz oder teilweise übernommen wurde, zeugt von ihrer ausserordentlichen Aktualität. Dass die Weisungen Benedikts zudem vermehrt in vielen weltlichen Organisationen Eingang finden, ist ebenso Beweis für die steigende Bedeutung dieses kleinen, kompakten Büchleins.

Was heisst es aber benediktinisch zu leben? Spontan fallen Begriffe ein wie Gottsuche, Gehorsam, Klausur, Kontemplation, Beständigkeit, Ordnung, Demut – alles Worte, mit denen wir, die ausserhalb der Klostermauern leben, Mühe haben. Wer sich für ein Leben im Kloster entschliesst, entscheidet sich für eine ganz bestimmte Lebensform, die eine Entfremdung von Gewohntem mit sich bringt, ein Loslassen und sich Öffnen. In der Zeit der Pandemie mussten wir alle lernen, loszulassen und uns dem Unvorhersehbaren öffnen.

In einem Gespräch mit Priorin Aloisia vom Kloster St. Johann in Müstair meinte sie, dass es wichtig sei, Zeiten für die Arbeit, Zeiten für das Gebet, der Stille und Meditation und Zeiten für die Gemeinschaft strukturiert in den Tagesablauf einzuplanen. Das schenke Sicherheit und Orientierung.

Priorin Aloisia trägt Sorge um das tägliche Brot der Schwesterngemeinschaft – eine Geste der Demut und Liebe.

Vielleicht ist es auch ein bestimmter Ort in den eigenen vier Wänden, der uns zur Stille und «in-sich-Kehrens» animiert. Beständigkeit und Rituale sind dabei für Körper und Geist unabdingbar, um zur Ruhe zu kommen und neue Kraft schöpfen zu können.

Ein weiterer wichtiger Aspekt im Klosterleben ist der Gehorsam. In diesem Begriff steckt das Verb «hören». Benedikt beginnt genau mit diesem Wort seine Regel: «Höre mein Sohn, auf die Weisung des Meisters. Neige das Ohr deines Herzens.» Ein wunderschönes Bild, das wir uns täglich zunutze machen können. «Wenn es gilt, wichtige Entscheidungen zu treffen, so ist es notwendig, alle Mitglieder der Gemeinschaft anzuhören», erzählt Priorin Aloisia. So steht es auch im dritten Kapitel der Regel des hl. Benedikt. Gehorsam bedeutet demzufolge nicht nur blind den Regeln zu folgen,

sondern vielmehr sich zu öffnen, um einander zuhören zu können.

Zum Gehorsam und der Schweig-samkeit gesellt sich ein weiterer wichtiger Aspekt im Leben einer Benediktinerin: die Demut. Es ist dies der Mut zu dienen, der Sr. Aloisia auch als Priorin geblieben ist. Sie führt den Dienst, den sie als einfache Schwester hatte, auch als Priorin weiter: Sie trägt Sorge um das tägliche Brot zu den Mahlzeiten der Schwestern, eine Geste der Demut und Liebe an die Gemeinschaft.

So kann die Regel des hl. Benedikt Richtschnur sein, überall dort, wo eine Gemeinschaft zusammenkommt. Freilich kann dieser kurze Artikel nur ein paar Aspekte der Regel streifen und dient mehr zum Ansporn, sein Alltagsleben zu überdenken und vielleicht auch in der Zeit nach «Corona» doch etwas benediktinischer zu gestalten.





**WELTERBETAG AM 14. JUNI 2020**

Da der Redaktionsschluss des vorliegenden «Allegra» vor dem 27. Mai 2020 lag, können wir noch nicht definitiv mitteilen, ob und in welcher Form der diesjährige Welterbetag im Kloster St. Johann in Müstair stattfindet.

Bitte informieren Sie sich ab dem 29. Mai auf unserer Webseite oder telefonisch:

[www.muestair.ch](http://www.muestair.ch) | T. +41 81 858 61 89

