

Zacharias Heyes

DER  
KLEINE  
MÖNCH  
NIMMT  
SICH  
FREI



Die Geschichte des kleinen Mönchs  
wird erzählt von Matthias E. Gahr



Zacharias Heyes

DER  
KLEINE  
MÖNCH

NIMMT  
SICH  
FREI



VIER TÜRME



**Was ist Freiheit? . . . . . 13**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**BINDUNG IN FREIHEIT . . . . . 19**



**Befreit zur Lebendigkeit . . . . . 31**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**FREI ZUM SEIN . . . . . 39**



**Gefangen und frei . . . . . 51**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**ANDERS UND FREI SEIN . . . . . 57**



**Frei zu entscheiden . . . . . 69**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**GUTES FÜR DIE SEELE . . . . . 74**



**Frei zum Genießen . . . . . 87**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**AUSKOSTEN . . . . . 90**



**Die eigene Freiheit und die  
Freiheit der anderen . . . . . 103**

BENEDIKTINISCHE TRADITION

**FRIEDENSTIFTER SEIN . . . . . 108**



**Zum guten Schluss . . . . . 121**



Der kleine Mönch war besonders gut gelaunt aufgestanden. Es hatten sich zwei Gäste angemeldet, die heute im Kloster eintreffen sollten. Er freute sich immer auf Gäste, ihm gefiel, was sie so alles in seinem Kloster entdeckten, was er für sehr selbstverständlich hielt. Das brachte ihn oft auf neue Gedanken.

Nach dem Morgengebet ging der kleine Mönch in den Speisesaal und frühstückte. Er war gerade fertig und hatte sich eben noch einmal ausgiebig gestreckt, da erschien der Pförtner des Klosters an der Tür und winkte ihm zu.

»Ah, das werden die Gäste sein«, dachte der kleine Mönch bei sich, »die sind aber früh dran!« Er nickte dem Pförtner zu und beeilte sich damit, seinen Platz am Tisch aufzuräumen. Er hielt kurz inne und sprach ein schnelles Dankgebet. Und dann dachte er kurz über den Satz aus der Klosterregel





nach: »Alle Fremden, die ins Kloster kommen, sollen aufgenommen werden wie Christus.« Das tat er immer bei der Ankunft von Besuchern, um sich darauf vorzubereiten. Schnell folgte er dem Pförtner durch den Kreuzgang zur Pforte, wo die beiden Gäste bereits warteten.

Der kleine Mönch stellte sich vor, hieß die Besucher herzlich willkommen, erkundigte sich nach ihrer Anreise und ihrem Wohlbefinden und half ihnen dann, ihr Gepäck auf die frisch vorbereiteten Gästezimmer zu tragen. Dort angekommen, erläuterte er die Tagesordnung im Kloster:

»Geweckt wird um 4 Uhr 30, Frühchor ist um 5 Uhr, Morgengebet um 7 Uhr, anschließend Frühstück. Mittagsgebet ist um 12 Uhr, anschließend Mittagessen, Kaffeezeit um 15 Uhr, Abendgebet um 17 Uhr 30, anschließend Abendessen und Nachthore ist um 19 Uhr.« Und er fügte grinsend hinzu: »Danach darf im Kloster nicht mehr gesprochen werden – das gilt aber nur für Mönche.«

»Oh«, sagt der jüngere der beiden Gäste, »das ist aber ein strenger Zeitplan.« Und der ältere fragte: »Ist es möglich, dass wir außerhalb spazieren gehen können, vielleicht sogar mit Ihnen?«



»Wir Mönche dürfen uns nur mit der Erlaubnis von Vater Abt außerhalb des Klosters aufhalten«, sagte der kleine Mönch, »aber Gästen steht es natürlich frei, jederzeit nach draußen zu gehen.«

»Ach, ich habe noch etwas vergessen«, ergänzte der kleine Mönch: »Die Gäste essen bei uns im Kloster im Speisesaal mit uns Mönchen. Da wir dabei eine Tischlesung hören, wird schweigend gegessen. Und auch im Kreuzgang sollte man sich nicht oder nur ganz leise unterhalten.«

»Puh, so viele Regeln, das ist ja wie im Gefängnis!«, stöhnte der jüngere Gast. »Na ja, für zwei Tage wird das gehen, danach haben wir ja wieder unsere Freiheit ...«





## Was ist Freiheit?

---

Die Gäste des kleinen Mönchs scheinen in sehr engem Kontakt mit dem Kloster zu leben, denn sie haben Zugang zum Kreuzgang, essen mit den Mönchen im Refektorium. Dadurch sind sie auch enger an die Regeln des Klosters gebunden. Bei uns im Kloster ist das anders. Unsere Gäste wohnen im Gästehaus und nehmen in den dortigen Speisesälen die Mahlzeiten ein. An das Schweigen, das wir Mönche bei Tisch und im Kreuzgang üben, sind sie nicht gebunden. Und sie sind frei in der Gestaltung ihres Tages. Keiner ist verpflichtet, an unseren Gebetszeiten teilzunehmen. Das wird auch nicht kontrolliert.

Bei unseren Kloster-auf-Zeit-Kursen, die wir einige Male im Jahr anbieten, gelten aber ähnliche Regeln wie in der Gemeinschaft des kleinen Mönchs: Von Montagabend bis Sonntagmittag lebt eine Gruppe von Männern mit uns. Sie haben ihre Zimmer zwar auch im Gästehaus und nehmen dort das Frühstück ein. Bei unseren Gebetszeiten sitzen sie aber mit in unserem Chorgestühl und am Mittag und Abend essen sie mit uns Mönchen im Refektorium.

Für diese Männer geht es darum, eine Erfahrung des klösterlichen Lebens zu machen. Sie entscheiden sich bewusst für diese Woche und sind bereit, sich auf unsere Regeln einzulassen. Sie sind präsent bei unseren Gebetszeiten in der Kirche, üben aber auch die Regeln ein, die bei uns im Refektorium oder Kreuzgang gelten. Sie sind in dieser Woche näher dran an unserem Leben als die anderen Gäste.

Ich selbst habe nie an einem solchen Kloster-auf-Zeit-Kurs teilgenommen vor meinem Eintritt. Ich habe aber einige Wochen mit den Mönchen gelebt und war auch am Mittag und Abend bei ihren Mahlzeiten dabei, durfte im Chorgestühl sitzen, war bei den Gebetszeiten präsent. In diesen Wochen habe ich einen ersten Geschmack davon bekommen, wie es sich anfühlen könnte, als Mönch zu leben. Aber ich war immer noch frei. In dieser Freiheit habe ich mich dann für das »Mönchsein auf Zeit« entschieden, um am Ende tatsächlich in die Gemeinschaft einzutreten.

Denke ich an meine eigenen ersten Schritte im Kloster, fällt mir als Erstes ein, dass ich wirklich eine Zeitlang brauchte, um mich an die Regeln zu gewöhnen. Dazu gehört das Einhalten des Tagesablaufes mit den gemeinsamen Gebets- und Essenszeiten, aber auch die Frage: Wie bewege ich mich im Kloster, im Kreuzgang, wie im Chorgestühl? Bei den Mahlzeiten muss man ebenfalls auf gewis-

se Abläufe achten, zum Beispiel spielt es eine Rolle, wann vom gereichten Essen nehmen darf und dass man bewusst und achtsam isst. Nicht hektisch und nebenbei noch Nachrichten auf dem Handy beantwortend. Auch das Schweigen, auf das Benedikt in seiner Regel großen Wert legt, gehört dazu. In bestimmten Räumen sollte es unbedingt gewahrt werden. Dazu gehören das Refektorium, der Kreuzgang, der Kapitelsaal, die Kirche. Natürlich müssen nach einer Gebetszeit manchmal Dinge besprochen werden. Dazu sucht man sich dann Nischen im Kreuzgang, in denen man das leise tun kann.

Das Einüben eines Tag- und Nachtrhythmus war ebenfalls nicht ganz einfach. Am Abend sollte man so zu Bett gehen und das Licht ausmachen, dass man morgens, wenn um 4 Uhr 35 die Hausglocke schellt, ausgeschlafen aufstehen kann. Dass man nicht einfach mal abends ausgehen, sich mit Freunden treffen, etwas unternehmen kann, ist auch eine geltende Regel. Zudem sind die Zeiten der Arbeit festgeschrieben. In den ersten Wochen und Monaten im Kloster arbeitet man mit, wo man gebraucht wird – oft in der Gärtnerei oder im Haus. Hier ist von selbstständiger Zeiteinteilung noch nicht die Rede. So wie alles zeitlich geordnet und man gehalten ist, bei dem, was gerade dran ist, präsent zu sein. Es ist eine vorgegebene Ordnung, auf die man sich da einlässt.

Ich habe zwar nie wie die Gäste des kleinen Mönchs das Gefühl gehabt, dass das Klosterleben einem Gefängnis gleicht, doch es war zunächst schon gefühlt eine Beschränkung der eigenen Freiheit, die man aber selbst wählt. Das Leben im Kloster ist, wenn man so will, das Gegenteil dessen, was man vorher gelebt hat. Man hatte eine eigene Wohnung, einen selbst bestimmten Tagesrhythmus, verfügte über eigenes Geld, konnte reisen, Freunde besuchen. Das alles gibt es nach einem Klostertritt nicht mehr.

Die Frage nach diesem Eingeschränktsein oder Eingengtsein beziehungsweise den (vermeintlichen) Freiheiten taucht auch in Gesprächen mit unseren Gästen immer wieder auf. »Ich könnte das nicht«, sagen viele dann zu mir. Zu den Klassikern unter den Fragen der Gäste gehört die nach eigenem (Taschen-)Geld oder ob wir Urlaub haben und wie frei wir diesen gestalten können.

Neu eingeführt wurde bei uns erst vor einiger Zeit, dass derjenige, der sie braucht, eine Kreditkarte bekommt und damit notwendige Dinge einkaufen kann. Zu Beginn eines Monats erhält man die Abrechnung aus der Verwaltung. Diese muss vom Dekan unterschrieben werden. Der Dekan ist der Leiter einer Kleingruppe im Kloster, der Dekanie. Die Mitglieder dieser Gruppe werden ausgelost. In der Dekanie trifft man sich zum Austausch



über ein bestimmtes Thema und einmal im Monat feiert man gemeinsam Gottesdienst und frühstückt zusammen. Der Dekan schaut sozusagen mit auf meine Ausgaben und merkt auch an, wenn ich seiner Meinung nach etwas Unnötiges gekauft habe. Größere Ausgaben wie zum Beispiel für neue Kleidung werden ebenfalls vorher mit ihm abgesprochen.

Im Urlaub sind wir Mönche ebenfalls nicht frei – wir bleiben eben Mönche und können nicht einfach mal all das tun, was wir das ganze Jahr über im Kloster nicht dürfen. Der Urlaub soll so gestaltet sein, dass er unserem klösterlichen Lebensstil entspricht. Das heißt nicht, dass man den Urlaub in einem anderen Kloster verbringen muss. Aber es sollte jetzt kein Luxusurlaub sein oder einer, in dem ich jeden Abend eine Party feiere.

Bei all diesen Beschränkungen bleibt die Frage: Was ist Freiheit? Gleicht das Leben im Kloster wirklich einem Gefängnis? Und sind die gefühlten Beschränkungen wirklich Beschränkungen? Die Gäste des kleinen Mönchs sagen, sie »werden es schon zwei Tage aushalten«. Das klingt nach Ertragen und eher nach Schmerzen als nach Urlaub im Kloster. Ist es denn wirklich so, dass das Leben im Kloster nur ein Aushalten und Ertragen ist? Oder ist es vielleicht – ganz im Gegenteil – sogar ein Weg der Freiheit? Denn irgendetwas scheint die Gäste des kleinen Mönchs



ja am Kloster anzuziehen, sonst würden sie es nicht besuchen wollen.

Auch zu uns kommen interessanterweise das ganze Jahr über viele Menschen als unsere Gäste. Und auch wenn sie Fragen an unsere Lebensform haben oder sagen, dass sie so wie wir nicht leben könnten, gibt es etwas, das sie anzieht, eine Sehnsucht in ihnen weckt. Das Klosterleben scheint Räume zu öffnen und zu schaffen, in denen Menschen sein und ihrer Sehnsucht nachgehen können.

### Bindung in Freiheit

---

Vor über 1.500 Jahren hat Benedikt seine Regel aufgeschrieben. Aktuell leben ungefähr 13.800 Benediktinerinnen und 6.600 Benediktiner nach ihr. Hinzu kommen die Angehörigen anderer Orden, die ebenfalls nach der Benediktsregel leben, wie zum Beispiel die Zisterzienser, eine Reformbewegung der Benediktiner. Würde es in der Regel nur um ein Aushalten gehen, um ein Ertragen, dann hätte sie nicht bis heute überlebt. Benedikt versteht seine Regel und damit das klösterliche Leben als eine Schule für die Nachfolge Jesu. Mit Jesus verbindet sich die Verheißung von Leben und Leben in Fülle (vgl. Joh 10,10). Er sagt von sich: »Ich bin der Weg und die Wahrheit und das Leben« (Joh 14,6). Im klösterlichen Leben geht es um einen Weg, der wahres, echtes Leben ermöglicht.

Hauptaufgabe des Mönchs ist nach Benedikt die Gottsuche. Gott ist der Grund, der Ursprung des Lebens, das Leben selbst, so hat es auch Jesus empfunden und gelehrt. Gott zu suchen heißt darum immer, das Leben zu suchen. Und wer das Leben findet, der findet auch Gott.

Die Ordnung und Regeln des Klosters müssen diesem Ziel dienen. Dazu braucht es Verbindlichkeiten. Gottsuche braucht Zeiten des Gebetes, sie ist nichts, was nur nach Lust und Laune funktioniert. In einem unserer Hymnen ist von »heiliger Pflicht« die Rede, die wir erfüllen.

Mit der Profess auf Lebenszeit, einem Gelübde, das wir nach knapp sieben Jahren Probezeit ablegen, binden wir uns an die Gemeinschaft des Klosters und an dessen Regeln. In Freiheit entscheidet sich jeder Mönch für diese Bindung. Zu den Regeln zählt vor allem das regelmäßige Gebet – fünf Mal am Tag versammeln wir uns dazu in der Kirche. Mit der Profess lasse ich mich auf alle Pflichten, die mit dem Leben als Mönch verbunden sind, ein. Vorher, im Noviziat, ist der Mönch frei, jeden Tag zu gehen, wenn er merkt, dass der Weg für ihn nicht mehr stimmt. Natürlich kann mich keiner zu der Erfüllung meiner Pflichten zwingen. Es ist daher eher so, dass jeder Mönch in seinem Innern die Verpflichtung dazu annimmt und sie erfüllen möchte, so wie es auch in einer Familie Verbindlichkeiten, Pflichten gibt, die zu erfüllen sind, zum Beispiel bei der Versorgung der Kinder oder im Haushalt. Wenn Kinder nachts gestillt oder gefüttert werden müssen, fragt schließlich auch keiner, ob die Eltern jetzt Lust haben, aufzustehen und den Kindern zu geben, was sie brauchen. Ähnliches gilt bei einer Ehe-

schließung: Für die Gültigkeit dieser Verbindung ist es unerlässlich, dass jeder der Partner sie in Freiheit eingeht. Es darf kein Zwang bestehen.

Der Mönch, der sich bindet, ist ja Mönch geworden, weil er eine Sehnsucht nach Gott in sich trägt und ihm der klösterliche Weg als der geeignete erscheint, dieser Sehnsucht nachzugehen. Er spürt vielleicht: Meine Seele braucht genau das, um Gott zu finden. Unter dem Aspekt, was die eigene Seele braucht, was ihr guttut, fällt noch einmal ein anderes Licht auf die Verpflichtungen, die man als Mönch bejaht.

Zu einer der Verpflichtungen – der kleine Mönch erzählt den Gästen davon – gehört das Schweigen bei den Mahlzeiten, aber auch im Kreuzgang. Das Schweigen hat zum einen den Sinn, dass wir Mönche nur Notwendiges miteinander reden sollten. Das ist wohltuend im Gegensatz zu dem, was heute in der Welt alles kommuniziert wird. Wie viele Nachrichten werden heute tagtäglich durch die Welt geschickt? Und wie vieles davon ist wirklich notwendig und nicht nur leeres Getöse, um Aufmerksamkeit zu bekommen?

Die meisten von uns besitzen ein Handy. Weil es ohne auch im Kloster nicht geht. Der Umgang damit, also wie viel und was ich kommuniziere, liegt in der Verantwortung jedes

Einzelnen. Hier kann und muss jeder Mönch in Freiheit seinen eigenen Weg finden.

Grundsätzlich ist die Haltung des Schweigens im Kloster sehr heilsam. Ich bin frei von dem Zwang, ständig reden, in Kommunikation sein, dem anderen sofort auf seine Nachrichten antworten zu müssen. Der andere Aspekt ist, dass in der Stille, im Schweigen die Stimme Gottes und seine Gegenwart besser wahrgenommen werden kann. Gott ist in jedem Menschen gegenwärtig und er spricht in seiner Seele. Ihn hören, seine Stimme in mir vernehmen kann ich nur, wenn ich schweige.

Das Schweigen mag man zunächst als Einschränkung empfinden, nach und nach entdeckt man den Wert und die Freiheit, die darin liegt: frei zu sein davon, alles wissen zu müssen, immer die neuesten Nachrichten mitzubekommen. Ich weiß von Mitbrüdern, die sich einmal am Tag in der Zeitung, im Fernsehen über die aktuellen Themen informieren und es damit gut sein lassen.

Als wir vor einigen Jahren unsere Tagesordnung geändert haben, geschah auch dies in Freiheit. Zunächst probierten wir verschiedene Modelle aus und stimmten dann ab. Interessant war, dass am Ende eine große Einmütigkeit bestand. Jeder Mönch war sich bei seiner Abstimmung bewusst, dass eine gemeinsame Ordnung immer auch

ein Kompromiss ist, dass in einer Gemeinschaft nicht jeder hundertprozentig das durchsetzen kann, was er am liebsten möchte. Auch das gehört zur Freiheit dazu: sich auf Kompromisse einzulassen. Das gilt im Kloster genauso wie in der Familie, in der Politik und in der Gesellschaft.

Uns war klar, dass wir die Tagesordnung nicht um der Änderung willen ändern, sondern weil auch sie der Gottsuche dienen will. Unsere Entscheidung, bis auf einen Tag in der Woche täglich die Eucharistie, das Abendmahl zu feiern, hat damit zu tun.

Wer Gott findet, findet auch das Leben. In Jesus Christus hat Gott uns Menschen gezeigt, wie gelingendes Leben aussehen kann. Gott möchte, dass jeder Mensch einen Weg geht, auf dem er ganz und heil wird und die einmalige Persönlichkeit entfaltet, die er ist. Benedikt lädt mit seiner Regel zu einem solchen Weg ein. Im Prolog der Regel fragt er: »Wer ist der Mensch, der das Leben liebt?« Wenn jemand darauf mit »Ich« antwortet, ist er eingeladen, ins Kloster einzutreten. Dabei hat der Abt alles so zu ordnen und zu regeln, dass es der Ganzwerdung des Einzelnen dient. Er trägt im Letzten die Verantwortung dafür, dass der Weg eines jeden Mönchs gelingt und ein Weg zum Leben ist. Ein Weg in die Freiheit, der zu werden und zu sein, der man ist.

Diese Einladung gilt aber auch für einen Lebensweg außerhalb des Klosters. Es gibt beinahe so viele verschiedene Lebensmodelle wie Menschen, denn jeder wählt seinen ganz eigenen Weg, um seinem persönlichen Glück und einem geglückten Leben näher zu kommen. Das Leben als Mönch im Kloster ist eines davon. Und es ist genauso wenig mit Zwang und Entbehren verbunden wie das Leben eines Menschen, der sich für eine Familie oder das Leben als Einsiedler entscheidet.

»Wer ist der Mensch, der das Leben liebt  
und gute Tage zu sehen wünscht?«

RB Prolog 15

»Er (der Weg im Kloster) kann am  
Anfang nicht anders sein als eng.«

RB Prolog 48

»... wenn du es aber nicht kannst (die  
Regel beachten), geh in Freiheit fort.«

RB 58,10



## Fragen

---

Wo erlebst du dein Leben als eingeschränkt, beschränkt, wo fühlst dich unfrei, eng? Kannst du sagen, weshalb das so ist?

Mit welcher Entscheidung hast du dich in Freiheit gebunden? Wie definierst du für dich wahre Freiheit?

## Übungen

---



Überlege, wie dein Weg mit all den Entscheidungen, die du getroffen hast, dazu beigetragen hat, der Mensch zu werden, der du heute bist.



Wenn du magst, kannst du eine »Lebensschnur« knüpfen. Nimm dir einen langen Faden und Zeit zum Nachdenken über deinen Lebensweg. An den Stellen, an denen es eine wichtige Entscheidung oder ein einschneidendes Erlebnis gab, mache einen Knoten in deinen Faden. Überall dort, wo du heilsame Begegnungen mit Menschen hattest oder sie dir geholfen haben, knüpfe eine Perle oder eine Feder ein. Für schwierige Ereignisse kannst du einen Stein einflechten. So kannst du dein Leben in den Blick nehmen – wie vielfältig es ist und wie du es bisher gemeistert hast.

