

22.03.2026 um 07:45 Uhr

hr4 ÜBRIGENS



Ein Beitrag von
Andreas Meyer

Ora et labora – bete und arbeite

„Ora et labora“ – „bete und arbeite“. Das ist so etwas wie die Kurzfassung der Klosterregel des heiligen Benedikt. Wenn man es genau nimmt, kommt noch ein drittes Wort dazu: „lege“, das heißt: lese. Vor über 1500 Jahren hat Benedikt seine Erfahrungen mit dem Leben im Kloster in einer Regel zusammengefasst.

Die Erfahrungen des heiligen Benedikts

Seither haben ganz viele Frauen und Männer ihr Leben mit Hilfe dieser Regel gestaltet. Und es ist gewissermaßen ein Qualitätsmerkmal, dass sie auch heute noch das Leben vieler Menschen begleitet.

Benedikt hatte zunächst als Einsiedler gelebt, aber dann sehr schnell gemerkt, dass er die Unterstützung anderer brauchte. So hat er eine Gemeinschaft gegründet.

Gegen Ende seines Lebens hat er seine Erfahrungen mit dem Leben im Kloster in einer Regel aufgeschrieben.

Gebet, Arbeit und das Bibellesen

In dieser Regel bilden Gebet, Arbeit und das Lesen in der Bibel die Grundsäulen.

Das gemeinsame Gebet ist der direkteste Weg, mit Gott in Verbindung zu kommen. Darum beginnt und endet der Tag im Kloster mit dem gemeinsamen Gebet. Und über den Tag verteilt gibt es weitere Gebetszeiten.

Die Arbeit gehört ebenfalls zum Klosterleben. Damit wird einerseits der Unterhalt ermöglicht. Andererseits kann jeder Mönch, jede Nonne die eigenen Fähigkeiten einbringen und ausleben. Das ist aus meiner Sicht ein wichtiger Teil für ein zufriedenes Leben.

Und für Benedikt war klar: Das Lesen in der Bibel vertieft die Verbindung mit Gott.

Jeder bekommt das, was er zum Leben braucht

Neben diesen drei Säulen - Gebet, Arbeit und Lesen - gibt es in der Regel des heiligen Benedikt noch viele praktische Anweisungen für das Leben im Alltag: jeder bekommt das, was er zum Leben braucht, Entscheidungen werden gemeinsam getroffen – zum Beispiel.

Das Faszinierende ist für mich: Gebet, Arbeit und Lesen können auch meinen Alltag prägen. Ich nehme mir Zeiten für das Gebet. Die Arbeit ist für mich nicht allein wirtschaftliche Sicherung. Und das Lesen in der Bibel begleitet mein Leben.