

Zeitschrift: Mariastein : Monatsblätter zur Vertiefung der Beziehungen zwischen Pilgern und Heiligtum
Herausgeber: Benediktiner von Mariastein
Band: 76 (1999)
Heft: 6

Artikel: Die Benediktusregel : ein Zeugnis echter "Diskretion"
Autor: Odermatt, Ambros
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-1031018>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 17.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Die Benediktusregel – ein Zeugnis echter «Diskretion»

Zum Festtag des hl. Benedikt am 11. Juli

P. Ambros Odermatt

Uns allen sind aus dem Alltag Formulierungen geläufig wie «Diskretion zugesichert» oder «Ihre Angaben werden diskret behandelt». Auch kennen wir die Diskretionslinien auf den Fussböden von Schalterhallen in Postämtern und Banken. Bei all diesen Hinweisen geht es um den Schutz des ganz privaten Lebensbereichs eines Menschen. Es wird Verschwiegenheit oder taktvolle Zurückhaltung garantiert. Das ist allerdings nicht die einzige Bedeutung des Wortes.

Discretio – weise Mässigung

Der Ausdruck Diskretion meint von seinem lateinischen Ursprung her die Gabe und Fähigkeit zu unterscheiden, etwas differenziert zu beurteilen; es im rechten Licht zu sehen, ihm mit Augenmass zu begegnen. Diese Begabung begründet die weise Mässigung, sei es im Beurteilen von Dingen und Ereignissen oder im täglichen Umgang mit den Mitmenschen. Diskretion hat also eine doppelte Bedeutung. Sie bezeichnet einerseits die Gabe der Unterscheidung und andererseits – als Folge davon – das Masshalten, die weise Mässigung, die Kunst des rechten Masses.

Ein Mensch ist diskret, weil er Ehrfurcht empfindet vor allem Geschaffenen. Der deutsche Schriftsteller Christian Morgenstern († 1914) hat das einmal mit einem Hinweis auf das Tierreich so formuliert: «Bemerke, wie die Tiere das Gras abrupfen! So gross ihre Mäuler auch sein mögen, sie tun der Pflanze selbst nie etwas zuleide, entwurzeln sie niemals. So handle auch der starke Mensch gegen alles, was Natur heisst, sein eigenes Geschlecht vor-

an. Er verstehe die Kunst, vom Leben zu nehmen, ohne ihm zu schaden.»

Der nur Kluge kann kühl und berechnend vorgehen. Bei einem diskreten Menschen aber findet sich immer Wohlwollen, gepaart mit Einfühlungsgabe und feinem Empfinden. Sein Urteil lässt sich nicht von eigenen Wünschen und Vorstellungen leiten. Er kennt sich selber und weiss sich darum auch richtig einzuschätzen. Diese kritische Selbsteinschätzung ermöglicht die weise Mässigung im Tun und Reden. Sie bewahrt vor Masslosigkeit.

Der Drang zum Masslosen

Wir alle bekommen täglich zu spüren, dass wir in einer Welt leben, die in mancher Hinsicht masslos geworden ist. Es scheint keine Grenzen mehr zu geben. Das kann sich in der Gestaltung des persönlichen Lebens zeigen, wenn Konsum und Luxus hemmungslos überhandnehmen. Das wird deutlich bei der Arbeit, wo der Leistungsdruck oft unerträglich wird. Immer mehr wird gefordert, der Mensch muss immer besser funktionieren. Wer nicht mithalten kann, wird gnadenlos an die Wand gedrängt, ins Abseits geschoben. Auch die Wissenschaft und Forschung ist davon betroffen; alle Grenzen müssen überschritten werden. Was das für die Schöpfung bedeutet, wird uns immer wieder durch Katastrophen vor Augen geführt.

Gerade die Reaktion der Natur ist ein untrügliches Zeichen dafür, dass der Mensch nicht ungestraft in dieser Masslosigkeit leben kann. Einseitiges und extremes Verhalten wird auch im Körper spürbar. Es führt zu Krankheit, weil der Mensch nicht mehr zu seinen

Schwächen und Grenzen stehen kann. Zwar ist es möglich, die Augen für kürzere oder längere Zeit vor dieser bedrohlichen Situation zu verschliessen. Der Mensch kann aber nicht ständig über seine Verhältnisse leben. Früher oder später wird eine solche Scheinwelt in sich zusammenbrechen. Dann kommt es zu einem schmerzlichen Erwachen. Und der Mensch fühlt sich plötzlich hilflos, einsam und verlassen.

Die Antwort des heiligen Benedikt

Die tiefe Lebensweisheit des hl. Benedikt hat gerade vor diesem Hintergrund eine aktuelle Beziehung zu unserer Zeit. Das mag vielleicht überraschen. Von einer alten Mönchsregel erwartet man doch eher, dass sie das Harte und Rauhe in den Vordergrund stellt, dass sie zu maximalen Leistungen aufruft, wie das die heutige Gesellschaft tut. Benedikt aber sieht den konkreten Menschen vor sich, der Gott sucht. Ihm will er helfen, sein Heil zu finden für Seele und Leib. Das verlangt einen Weg des weisen Masses. Nicht Überforderung führt da zum Ziel, sondern das Eingehen auf den suchenden Menschen. Das bedeutet jedoch nicht Anpassung an den heute üblichen Lebensstil. Vielmehr soll ein Lebensraum geschaffen werden, wo der einzelne ernstgenommen wird, «damit die Starken finden, wonach sie verlangen, und die Schwachen nicht davonlaufen».

Diesen Aspekt hebt Papst Gregor d. Gr. († 604) in seiner äusserst knappen Beschreibung der Regel des hl. Benedikt kurz nach dessen Tod hervor. «Er schrieb eine Regel für Mönche, ausgezeichnet durch massvolle Unterscheidung (regulam discretione praecipuam) und wegweisend durch ihr klares Wort.» Zwar enthält die Regel kein eigenes Kapitel über die discretio, doch bezeichnet sie Benedikt als die «Mutter aller Tugenden». Damit steht er ganz in der Tradition des alten Mönchtums, von dessen Geist er erfüllt war. Hier wird die Unterscheidung der Geister als höchste Tugend und als besondere Gabe Gottes betrachtet. Nur wer sich selbst kennt und durchschaut, kann als geistlicher Vater andere begleiten. Er muss bei sich und bei den anderen unterscheiden können, woher die Regungen der Seele

kommen, ob von Gott, ob von den Dämonen oder aus dem eigenen Herzen.

Im 64. Kapitel der Regel, wo es um die Einsetzung und den Dienst des Abtes geht, gibt Benedikt diese tiefe Erfahrung des alten Mönchtums an seine Nachfolger weiter. «In seinen Befehlen sei er vorausschauend und besonnen. Bei geistlichen wie weltlichen Aufträgen unterscheide er genau und halte Mass. Er denke an die massvolle Unterscheidung des heiligen Jakob, der sprach: ‹Wenn ich meine Herden unterwegs überanstrengte, werden alle an einem Tag zugrundegehen› (Gen 33, 13). Diese und andere Zeugnisse massvoller Unterscheidung, der Mutter aller Tugenden, beherzige er. So halte er in allem Mass, damit die Starken finden, wonach sie verlangen, und die Schwachen nicht davonlaufen.»

Discretio – ihre Auswirkung auf das Leben

Die zitierten Worte des hl. Benedikt zeigen, dass bei ihm die discretio ebenfalls in ihrer Doppelbedeutung aufscheint als Tugend der geistlichen Unterscheidung und des Masshaltens. Einerseits ist in seiner Regel vielfach die Rede vom klugen Abwägen, vom Überlegen, Unterscheiden und Prüfen. Als Folge davon wird andererseits das Masshalten in allen Bereichen gefordert. Benedikt ist in der Tat ein Meister des rechten Masses im Leben. Discretio ist von Bedeutung beim täglichen Ablauf des Gemeinschaftslebens. Sie kommt zum Zuge, wenn es um wichtige Entscheidungen geht. «Dass aber alle zur Beratung zu rufen seien, haben wir deshalb gesagt, weil der Herr oft einem Jüngeren offenbart, was das Bessere ist.» In der Entscheidungsfindung wird offensichtlich das Wirken des heiligen Geistes spürbar.

Selbst bei der Regelung der Gebetszeiten stützt sich Benedikt auf den Grundsatz der discretio. Trotz seiner persönlichen Vorliebe für ein strengeres Leben und ein längeres Stundengebet weiss er nur zu gut, dass die Mönche seiner Zeit und seiner Gegend nicht fähig sind, den ganzen Psalter an einem Tag zu beten. Benedikt entscheidet sich für das Machbare. Das Gebet soll nicht zu einer asketischen Leistung oder einer Bussübung gemacht werden. Sein Augenmerk gilt der Qualität des Gebetes und



*Der heilige Benedikt.
Holzstatue im
Benediktinerinnen-
kloster Hermetschwil.
Um 1530.*

dem gleichbleibenden Rhythmus im täglichen Vollzug. Ihm geht es um das Wesentliche im Gebetsleben, um die klare Ausrichtung auf Christus. So führt er seine Brüder zur inneren Reife.

Wenn wir in einem gesunden Rhythmus von Gebet und Arbeit leben, dann können wir der Wirklichkeit in allen Höhen und Tiefen des Lebens klar ins Auge schauen. Ist es nicht gut, sich in einer so unausgeglichene Zeit wie der heutigen auf die Lebensweisheit des hl. Benedikt einzulassen? Sie ist geprägt von der massvollen Ordnung und von der Konzentration auf das Wesentliche, auf die Mitte unseres Glaubens. «Wenn wir gesunde Rituale entwickeln, wie wir unsern Tag beginnen und be-schliessen, wie wir arbeiten und essen und wie wir unsere Zeit einteilen, dann fühlt sich die Seele wohl, dann wird unser Leben gesund, dann spüren wir unsere Identität. Es ist unser Stil, wie wir unser Leben gestalten. Wir leben selbst, anstatt gelebt zu werden. Und Rituale sind für Benedikt der Weg, auf dem Christi Geist selbst unser Leben formt und heilt, erlöst und befreit» (Anselm Grün).

Discretio – ihr tiefster Wurzelgrund

Eine solche Haltung darf aber nicht einfach der augenblicklichen Stimmung überlassen werden. Es braucht eine tragende Grundhaltung, soll die discretio nicht zur Willkür werden. Worin sieht Benedikt diese Grundhaltung? Zunächst in der Offenheit. Schon das erste Wort seiner Regel deutet darauf hin: «Höre!». Gemeint ist damit das Hören auf die Schrift, auf die Erfahrung anderer, auf die sich ändernden Orts- und Zeitverhältnisse. Hinter dieser Betonung des Hörens auf Gottes Geist steht wohl auch die Erfahrung der eigenen Gebrechlichkeit. Damit verbunden ist aber zugleich auch der feste Glaube, dass sich in unserer Schwachheit Gottes Kraft vollendet, dass sie uns trägt und zueinander führt.

Dieses Hören hat allerdings nur dann einen Sinn, wenn man bereit ist, sich durch das Gehörte in Frage stellen zu lassen. So sagt Benedikt den Brüdern, die sich zum Rat versammelt haben: «Sie sollen nicht anmassend und hartnäckig ihre eigenen Ansichten verteidigen.» Wird einer durch einen erhaltenen Auf-

trag überfordert, «lege er dem Oberen dar, warum er den Auftrag nicht ausführen kann, und zwar geduldig und angemessen, ohne Stolz, ohne Widerstand, ohne Widerrede». Der Diskrete lässt seine Pläne von Gott durchkreuzen und geht auf seinen Wink ein. Dem Hören und Erkennen muss somit die Entscheidung folgen. Gerade die konkreten Entscheidungen sollen getragen werden von der Weisheit des Masses. Wo es z.B. um die Einteilung von Handarbeit und Lesung geht, mahnt Benedikt: «Alles aber geschehe der Kleinmütigen wegen massvoll.» Für die Brüder im Gästebereich sieht er folgendes vor: «Sooft sie es brauchen, gebe man ihnen Hilfen, damit sie ohne Murren dienen.» Im Zusammenhang mit der Regelung der Essenszeiten legt Benedikt dem Abt ganz allgemein ans Herz: «Überhaupt regle und ordne er alles so, dass es den Brüdern zum Heil dient und sie ohne einen berechtigten Grund zum Murren ihre Arbeit tun können.»

Die Echtheit dieser Bereitschaft zum Hören und Handeln wird in der Benediktusregel am Ernstnehmen des Bruders gemessen. Discretio ist die Kunst, sich auf den einzelnen einzulassen, um zu spüren, was ihm gut tut. «Denn ob Sklave oder Freier, in Christus sind wir alle eins, und unter dem einen Herrn tragen wir die Last des gleichen Dienstes. Denn bei Gott gibt es kein Ansehen der Person.» Zudem weiss Benedikt aus Erfahrung: «Jeder hat seine Gnadengabe von Gott, der eine so, der andere so.» Keiner ist nur Empfangender, jeder hat auf seine Weise etwas Wichtiges zu geben. Er sieht die Brüder von Gott her. Alle Situationen des Lebens sollen auf Christus hin durchsichtig werden.

Hier stossen wir schliesslich auf den tiefsten Wurzelgrund, warum die discretio – das Abwägen von Mitte und Mass – in der Benediktusregel nicht zum Mittelmass wird. Eine so geformte Menschlichkeit kann nicht zu Lauheit oder Schlendrian führen, da sie sich in allem ständig neu an Christus orientiert. Der diskrete Mensch wird zum gelassenen Menschen. Er lässt sich von Gott und den Menschen überraschen. Er weiss sich ja immer schon als von Gott Beschenkter. Von solchen Menschen sagt Benedikt: «Sie lobpreisen den Herrn, der in ihnen wirkt.»