

# *Menschlicher Rhythmus im klösterlichen Leben*

Von Magdalena Manstein, Freiburg i. Br.

## Einleitung

Der Mensch steht unter dem Gesetz eines dreifachen Rhythmus:

1. einem allen Menschen gemeinsamen Lebensrhythmus: weil er eben ein Mensch ist;
2. dem individuellen Lebensrhythmus: weil jeder Mensch ein Einzelner ist;
3. dem zwischenmenschlichen Rhythmus: weil jeder als Einzelner zu anderen Menschen in Beziehung steht.

Menschliches Leben kann sich also nur in dem Menschen gemäßen Rhythmus entfalten. Alle drei Weisen sind ineinander verschlungen und werden zum Gesamtrhythmus dieses einen bestimmten Menschen.

In einer musischen Unterrichtsstunde — vor einigen Wochen selbst miterlebt — zeichneten „die Studierenden“ nach derselben Melodie mit farbigen Stiften beidhändig zugleich auf große Blätter. Jeder nahm also denselben Rhythmus auf (mal Walzer, mal moderne Rhythmen u. a.) und doch war jede einzelne Welt des farbig-graphischen Niederschlags eine völlig andere. In allen klang ein gemeinsamer Rhythmus an und doch in jedem auf je andere Weise — zugleich irgendwie alle mit allen verbunden. Es war ein herrlich befreiendes schöpferisches Unternehmen.

Das Dasein des Menschen in Rhythmen — in fließenden oder gestörten — schlägt sich in all seinen Lebensbereichen nieder. Das Wie seiner Rhythmen hat wesentlich mit seiner Umwelterfahrung zu tun.

## I. DAS ELEMENT DES RHYTHMISCHEN IM BEREICH VON ARBEIT UND ERHOLUNG, ARBEITSZEIT UND FREIZEIT

Freizeit ist Entspannungspol zu dem der beruflichen EINFORDERUNG: Freizeit ohne das Schwergewicht der beruflichen Soll-Leistung, des beruflichen Planens; Mensch sein zu dürfen mit „leichtem Sinn“, sich lassen, alle persönlichen Möglichkeiten ins Spiel bringen zu dürfen, um dann wieder für die beruflichen Anforderungen fit zu sein, und auf diese Weise in ein gutes Verhältnis zum Beruf kommen zu können — auch auf die Dauer einiger Jahrzehnte. Wer meint, in der Arbeit ganz aufgehen zu müssen, sitzt am falschen Hebel. Das sind die Unentbehrlichen, die unter der Last der ganzen Verantwortung sich und anderen das Leben schwer machen. Sie sind oft außerordentlich tüchtig und oft auch gescheit; eines Tages beginnen sie aber an einem inneren Mangel zu leiden, wissen aber um die Ursache ihres Leidens nicht. Sie werden zum „Martyrer der Arbeit“, bei dem sich Menschen, die über einen gesunden Sinn für das lebendige Verhältnis von Pflicht und Sich-lassen-dürfen verfügen, nicht

wohl fühlen. Entweder haben sie ein permanent schlechtes Gewissen, weil sie den Andern „im Stich lassen“, oder sie werden gleichgültig im Sinne von: „soll er es doch selber machen, wenn er meint, ohne ihn ginge es nicht.“

Menschen, die glauben, sie dürften nur der Arbeit leben, sie seien nur dann glücklich und zufrieden, machen sich etwas vor. Sie denken an das Wort „Bete und arbeite“, ohne begriffen zu haben, daß der Begriff „Arbeit heute etwas anderes bedeutet als zu Zeiten des hl. Benedikt, nämlich einen einseitigen Einsatz und Verschleiß: ohne Rücksicht auf die Gesamtheit des Personseins.

Alle für die Verlebendigung des Ordenslebens Verantwortlichen müssen behilflich sein, daß der Rhythmus zwischen Beruf, Beten und freiem Verfügen über Zeit erkannt und mit gutem Gewissen gelebt werden darf, als notwendig für die Entfaltung der Persönlichkeit — auch und gerade der christlichen Persönlichkeit — bejaht wird. Sobald nämlich der Mensch diesen Rhythmus als wesentlich für sich selbst erkannt hat, ist er bereit, die Arbeit in seinem Verantwortungsbereich durchzuplanen, Verantwortungen aufzuteilen. Die Verantwortungsbereitschaft wird dadurch in allen seinen Mitarbeitern geweckt und vertieft. Sein gesundes rhythmisches Verhalten schafft also Werte im Andern. Wenn jeder Verantwortliche in einem Hause sich so verhält, werden nicht nur ökonomische Vorteile erreicht; es wird in diesem Hause mündigere und berufstreuere Menschen geben. In einem großen Krankenhaus, in dem Arbeitszeit und Freizeit für „Laien und Ordensschwestern in gleicher Weise geregelt wurde“, herrscht seitdem ein optimales „Betriebsklima“ mit allen positiven Konsequenzen für alle und für die Aufgabe des Hauses, den Patienten.

## II. DAS ELEMENT DES RHYTHMISCHEN INNERHALB DER FREIZEIT

Die freie Zeit steht nicht nur in einem polaren Verhältnis zur Arbeitszeit, sondern Rhythmisch-Dynamisches geschieht auch im Horizont der Freizeit selbst. Gemeint sind die Pole „Ausruhen von der Arbeit“ und „schöpferisch aufbauendes Tun“. Diese Polarität gewinnt zunehmend an Bedeutung mit Zunahme der freien Zeit, also Verringerung der Arbeitsstunden, eine Tatsache, die sich, wie die Wissenschaftler voraussagen, in Zukunft noch verdichten wird. Würde Freizeit nur wie in früheren Zeiten als Erholung von der Arbeit verstanden, so nähme die Gefahr einer bloßen Verkonsumierung von fertigen Freizeitgütern immer mehr zu. Die Freizeit-Industrie würde den sich passiv Verhaltenden mit großem Erfolg manipulieren. Diese Gefahr gibt es überall, auch in den Klöstern, was unschwer zu beweisen wäre. Die schöpferischen Kräfte im Menschen

verkümmern dabei und damit er selbst. Das herrliche Ziel der Mündigkeit würde in weite Fernen entschwinden. Das wiederum würde sich negativ auf sein berufliches Tun auswirken.

Die moderne Freizeit muß sich zwischen den Polen „Erholung von der Arbeit“ und „persönlich aktiv gestalteter freier Zeit“ vollziehen. Der Rhythmus würde dann so aussehen: Berufliche Tätigkeit — Erholung von den beruflichen meist einseitigen Strapazen — aktiv schöpferisches Tun im frei verfügbaren Raum des einzelnen Menschen, in dem nicht zuletzt gerade der Mitmensch einen wesentlichen Platz einnehmen wird.

Psychologisch ist es nicht gut, die Zeit der „Erholung von der Arbeit“ mit „Abschalten“ zu bezeichnen; „Umschalten“ wäre sinnvoller. Das Abschalten wird leider oft zum „toten Punkt“, der sich auf Stunden ausdehnt, bis einen die neuerliche berufliche Pflicht gewaltsam herausholt. Gerade das aber muß die persönliche Leistung des mit Freiheit begabten Menschen sein, die Gefahr dieses toten Punktes zu erkennen und ihn schöpferisch aktiv zu überwinden, dadurch die Erholungszeit wirklich zur Erholung zu machen und damit zum Durchgang zur „aufbauenden schöpferischen Aktivität“, in der wir den anderen Pol der freien Zeit erkannten. Der tote Punkt droht in dem Augenblick, in dem der Mensch aus dem beruflichen Gefordertsein, diesem einseitigen Aktivsein, entlassen ist; er rutscht dann gerne verständlicherweise — in die Passivität ab, anstatt die nicht im Beruf verschlissenen aber in ihm vorhandenen Kräfte in Gang zu setzen. Eine neue Form von Aktivität also müßte die berufliche ablösen.

Trägt das Abschalten den Sieg davon, so wird auf den berühmten Knopf gedrückt, in zufällig verfügbaren Illustrierten geblättert; die „Horizontale“ wird zum Fluchtmittel vor der Anstrengung, etwas Fruchtbare aus sich herauszuholen; mit der Nachbarin wird die „Zeit vertrieben“, ohne daß was Rechtes drin wäre, das Brevier automatisch aufgemacht und „gebetet“ und ähnliches (das soll es nämlich auch im Kloster geben). Brevier und Rosenkranz können großartige schöpferische Akte sein, wenn das Umschalten von der beruflichen zur freigestaltenden Aktivität während der sogenannten Erholung bereits gelungen ist.

Wie kann man sich erholen? Es gilt folgendes Prinzip: jeder Mensch muß etwas finden, das ihm wohl tut, ein Sich-Lassen, (das nicht dasselbe ist wie Sich-gehen-lassen), aus dem ihm das Bedürfnis und der Schwung zum gestaltenden Tun erwächst, zu einem Tun, das ich mir selbst ausgedacht, zu dem ich mich entschieden habe, weil es sinnvoll ist und mein Leben und vielleicht auch das Anderer reicher macht. Dabei mögen die Inhalte dieses Tuns unüberschaubar, individuell, vielgestaltig und vielfältig sein. Das gerade ist etwas vom Schöpferischen, das jeder sich das ihm Gemäße sucht, Entscheidungen fällt, sich Ziele setzt, sinnvoll Kräfte investiert,

sich über die eigenen Möglichkeiten wundert, die Initiative und Aktivität zutage fördern. Und das hängt, so sahen wir, entscheidend davon ab, ob der „tote Punkt“ überwunden wird.

Eine actio muß es sein, die mir rundum gut schmeckt, wenn ich sie eingeübt habe: Bewegung im Freien, im Zimmer, Aus- und Einatmen, damit alle drückenden Restbestände aus der Berufsarbeit hinausbefördert werden (so weit es möglich ist), wohltuende, bewußt zeitlich begrenzte horizontale Lage, das Anschauen von etwas Schönerem (Kunstkarten, Fotos, Blumen), Blumenpflege und Blumen arrangieren (das Spiel mit Vasen und Blumen), das Wiederlesen eines guten Briefes, eine Schallplatte, die besonders geliebt wird, das Lesen von irgendetwas, das mich anspricht (am besten laut), Schwimmen, Duschen, ein gemütliches Miteinander (nicht zu lang!), ein Schwatz am Telefon mit jemand, den wir schätzen und vieles andere mehr. Sehr geeignet wäre auch musisches Selber-Tun: mit Farben (farbige Flächengestaltung), einem Instrument, einer Werkarbeit.

### III. VOM RHYTHMUS DER TAGESEINTEILUNG

Er hat sich im industriellen Zeitalter sehr geändert. Er ist nicht mehr wie früher: früh ins Bett und früh heraus. Der Abend wird gelebt. Oft enthält er wesentliche Verpflichtungen, auch für Ordensleute: soziale, pflegerische, pädagogische und selbstbildende. Kann im Blick auf den veränderten Abend der Morgen von früher beibehalten werden? Wo könnte vielleicht ein echter neuer Rhythmus beginnen, vor allem im Blick auf den Tagesanfang? Es wird sich kaum in der Zukunft durchtragen lassen, daß alle Ordensfrauen zur selben frühen Zeit den Tag beginnen. Ich weiß, daß es inzwischen wenige Ausnahmen gibt.

Aber wie viele von den Ausnahmen genießen die zugegebene Ruhezeit nicht, weil sie mehr oder weniger bewußt doch das Gefühl haben, etwas Wesentliches zu versäumen, weil irgendwo noch die Überzeugung sitzt: ein Mehr an religiösen Übungen bringt ein Mehr an Gnade. Wirklich ausruhen aber kann ich nur, wenn ich sorglos genieße, was mir gestattet ist. Müßte nicht mehr über den Gedanken der geistigen Stellvertretung nachgedacht werden? Im Beten und Opfern ist sie allen überzeugten Christen längst vertraut. Daß es sie aber auch geben könnte für einen, der sorglos schläft und ruht, das sollten wir bedenken. Wäre das nicht auch ein schöner Rhythmus im menschlichen Zusammenleben: einander in sinnvollem Wechsel mitzunehmen in das morgendliche religiöse Tun? Wieviel tiefer würde das Einander-Begegnen am Tage, der Gruß dankbarer und persönlicher, die Großmut, das Einanderschätzen selbstverständlicher.

Auch die Abende haben die Selbstverständlichkeit der Wiederholung des Gleichen verloren. Auch für Ordensleute! Es ist nicht befriedigend und

zeitoffen, wenn Erholungszeiten am Abend für alle Konventsmitglieder denselben Inhalt haben. Die Interessen sind verschieden, die Bildungsbedürfnisse auch. Es sollten bei aller Rücksicht auf die Pflege der Gemeinschaft evtl. Interessengruppen möglich sein oder auch das Fürsichsein. Keines für sich allein ist gültig, auch hier sollte es einen lebendigen Rhythmus geben.

#### IV. VOM RHYTHMUS IN DER ARBEIT

Zu viele Jahre dieselbe Arbeit am selben Arbeitsplatz birgt die Gefahr der Stagnierung in sich. Einerseits sind Schwestern zu lange am selben Ort, andererseits erwartet man von anderen die Bereitschaft zum unerwarteten plötzlichen Wechsel. Das Eine macht starr, das Andere erschwert die Sicherheit des Selbststandes. Ein Wechsel nach vielen Jahren am selben Arbeitsplatz ist hart; zu viele Wechsel dagegen verunsichern. Beides ist nicht gut.

Vor allem sollte ein Wechsel nach Möglichkeit zeitig mitgeteilt werden, damit der Mensch sich darauf einstellen und sich vom Vertrauten organisch lösen kann. Bei notwendigem plötzlichen Wechsel sollte der Betroffene erfahren dürfen, daß es eine nur ungern verlangte Zumutung ist. Im Verstanden-werden kann das Notwendige echter angenommen werden. Brüche fördern die Entfaltung der Persönlichkeit nicht, der Mensch ist ein Wesen des inneren Wachstum, nicht der abrupten Übergänge.

#### V. RHYTHMUS IN DER BEGEGNUNG VON ORDENSSCHWESTERN MIT LAIEN

Die Begegnung findet meist nur im Bereich der Arbeit statt. Wir erkennen aber, daß Arbeit und Freizeit wesentlich aufeinander bezogen sind. Begegnungen an beiden Gruppen im Raum der Freizeit müsse noch das Miteinander im Beruf ergänzen. Wie wäre es mit einer „offenen Tür“ im Bereich der Schwestern — an ein, zwei Abenden in der Woche frei für die Laien? Wie man sonst auch liebe Menschen besucht! Wie wäre es mit gemeinsamen Interessengruppen! Gemeinsamer Besuch von Veranstaltungen außer Haus (nicht nur bei beruflichen Fortbildungen?). Die Schwestern sollen und müssen ihren eigenen Bereich haben, aber sollte es im Dienste der Begegnung nicht sinnvolle Ausnahmen geben? Und die Laien sollten Besuch von Ordensfrauen empfangen dürfen wie man eben Besuche empfängt. Nicht die Angst vor Fehlentwicklungen darf die Entfaltung fruchtbarer Begegnung hemmen, sondern es müßten Prüfungen erarbeitet werden, an denen die Beteiligten messen können, ob sie im Miteinander wachsen oder einander „festhalten“. Eine Prüffrage wäre z. B. die: ob wir uns miteinander abschließen, andere als störend empfinden; dagegen offen sind für Jeden, ja offener denn je; ob wir als

Freunde gemeinsam Sinnvolles tun? Offen zu sein für Jeden bedeutet nicht, sich mit Jedem gleich gut zu verstehen; aber aus der Erfahrung einer besonders gefüllten Begegnung erwächst die Fähigkeit der Zuwendung auch zu anderen.

## VI. RHYTHMUS DES LEBENS IN UND AUSSERHALB DES HAUSES

In unseren Häusern wird noch vielzuviel nach innen gelebt und zu wenig Kontakt nach draußen gepflegt: in der Öffentlichkeit der Pfarrei, im Volksbildungswerk, den Volkshochschulen, den Familien unserer Mitarbeiter. Unsere Ordensfrauen gehören dazu, mehr denn je. Kontakte aufnehmen und pflegen zu fachlich tüchtigen und menschlich reifen Persönlichkeiten, um sie für unser Haus zu gewinnen, z. B. für Interessengruppen, die Jugend, Arbeitskreise usw. Besuchs-Kontakte zu den Familien der Mitarbeiter im eigenen Arbeitsbereich an besonderen Tagen der Freude, der Trauer, der Sorge. Kontakte zur Berufsschule unserer Jugend sollten noch gesucht werden, vielleicht durch Einladung in unser Haus verlebendigt.

## VII. VOM SINN DES MENSCHEN FÜR GESCHICHTLICHEN RHYTHMUS

Er muß gepflegt werden, sonst haken wir uns in geschichtlichen Einzelsituationen fest und verlieren den Blick für das Ganze der Geschichte, für das Dasein Gottes in ihr. Ordensleuten, die nur pessimistisch die Zukunft prophezeien, fehlt die Dynamik des Vertrauens im letzten Sinn alles Geschehens. Das Abnehmen der eigenen Kongregation ist nicht gleich bedeutend mit dem Untergang ihres Sinnes. Dieses Vertrauen auf die Wahrheit und den Fortbestand einer „evangelischen“ Idee braucht die Welt vom Ordensstand.

*Aus dem Gespräch im Anschluß an den Vortrag über  
„menschlicher Rhythmus“*

1. Es wurde als berechtigt anerkannt, gegen die früheren Observanzvorstellungen, die so gut wie keine Ausnahmen zuzulassen schienen, anzugehen und für die einzelnen wie auch für die Kommunitäten gewisse „Freiheiten“ zu schaffen. Die Anwesenden wurden sich nicht einig, ob man mit der Einführung der Idee der Stellenvertretung (z. B. im Chore) weiterkommt. In diesem Punkte ist sicher wichtige Erziehungsarbeit zu leisten.
2. Dem Priester falle in allem, was ausgeführt wurde, eine wichtige Aufgabe zu. Er gehört zu den Wenigen, die zur Gemeinschaft Zutritt haben. Er überschaut einigermaßen, was dort geschieht und wo Hilfe nötig ist. Eine Äußerung von ihm hat einiges Gewicht. Die Schwestern, die aufbauen möchten, brauchen wiederholt ein ermutigendes Wort von ihm.
3. Von anderen wird diese hohe Einschätzung des Priesters angezweifelt. Aber auch sie meinen, daß die Priester, die in Frauenorden eine besondere Stellung haben, mehr psychologische Kenntnisse haben sollten, um mehr Verständnis zu haben, besser raten und mit Fachpsychologen zusammenarbeiten zu können.
4. Im übrigen müsse man die Funktion des Priesters im Kloster entmythologisieren. Es gebe in den Reihen der Schwestern Experten, die viele Dinge besser erledigen könnten als Priester, die bisher vielleicht noch dafür vorgesehen sind. Es beständen für das freie Wirken einer Schwestern-Fachkraft in der eigenen Gemeinschaft allerdings leider noch zu viele Schranken. Die Ausbildung wird bei den eigenen Schwestern noch zu wenig gewürdigt und ausgenützt. Hier müßten alle Verantwortlichen mithelfen, den Schwestern, die über entsprechende Ausbildung verfügen, mutig den Weg zu bahnen. Man komme vielleicht schneller zum Ziele, wenn man Fachkräfte der eigenen Gemeinschaft mit Fachkräften aus anderen Gemeinschaften austauscht. Dann werde die unguete innerkommunitäre Gleichschaltung nach und nach abgebaut.