

11.07.2025 | 06:50 Uhr

Worte auf den Weg / Worte für den Tag | Radio 3

Ein Beitrag von

Hans-Joachim Ditz

Das „ora“ steht an erster Stelle - vor dem „labora“

Das Verhältnis von Arbeit und Freizeit, die Work-Life-Balance, ist ein großes Thema. Selbst Bundeskanzler Merz meldete sich kürzlich zu Wort und ermahnte die Menschen, sich wieder mehr anzustrengen. Arbeit sei schließlich nicht bloß die Unterbrechung der Freizeit.

Das Verhältnis von Arbeit und Leben beschäftigte schon im 6. Jahrhundert den heiligen Benedikt von Nursia. Heute ist sein Gedenktag. Sein Wahlspruch, der Kern seiner Ordensregel, lautet kurz und bündig: ora et labora – bete und arbeite. Gebet und auch Arbeit sind die beiden Säulen des Lebens bei Benedikt. Aber das „ora“ steht an erster Stelle, vor dem „labora“. Das Gebet gibt dem Leben Struktur. Gebet ist die Unterbrechung aller Beschäftigung und aller Lebensabläufe, ja selbst des Schlafes. So kennt die benediktinische Regel eine nächtliche Hore, also eine Gebetszeit um Mitternacht, und sieben am Tag.

Das scheint doch arg unpraktisch, jedenfalls mit den Anforderungen eines modernen Wirtschafts- und Arbeitslebens kaum vereinbar zu sein. Allerdings ist auch klar, dass pausenlos zu arbeiten unsinnig ist, ja sogar krank macht.

Die Pause, also Unterbrechung, hat in der benediktinischen Regel aber noch einen tieferen Sinn. Es geht nicht nur um Erholung, sondern um Besinnung. Der dahinfließende Tagesablauf wird unterbrochen, damit der Mensch innehält in aller Beschäftigung und sich besinnt auf das, was wirklich zählt. Auf den Grund alles Lebens, auf Gott den Schöpfer, dem wir unser Dasein und unsere Existenz verdanken. Die spirituelle Dimension des Lebens – glaubt man den Umfragen, gewinnt sie für viele Menschen wieder an Bedeutung. Oder um es mit dem heiligen Benedikt zu sagen: nicht nur Arbeit ist wichtig, sondern auch Gebet, eben ora et labora.