

## Ruhe und Besinnung: Urlaub im Kloster

Das Verlangen nach „Ruhe und Einkehr“ auch mal ernstnehmen:

### Vom Bedürfnis nach einer kleinen Auszeit

Die heißen Tage des Sommers sind vorüber. Wer es sich in dieser vergangenen Jahreszeit lieber Zuhause, auf „Balkonen“ oder im eigenen Garten gemütlich gemacht hat, wünscht sich im Herbst vielleicht etwas Abwechslung. Das muss aber nicht bedeuten, dass diese Abwechslung zwangsläufig in einen hektischen, mit Unternehmungen vollgepackten Urlaub mündet. Nun werden die Tage kürzer

und dickere Kleidung steigert das persönliche Wohlbefinden bei sinkenden Temperaturen. Seele und Geist richten sich so langsam auf den Winter ein – und auch der Körper darf ein Bedürfnis nach Ruhe und innerer Einkehr entwickeln.

Vom Alltag mal eine Auszeit nehmen, dafür ist die klösterliche Umgebung ideal. Dabei muss heute weder auf Komfort noch auf Freizeitangebote verzichtet werden, jedoch su-

chen Klosterurlauber oft auch etwas anderes.

#### Einfach „mal weg“ sein

In der Tat ist bereits die Anreise zu den meisten idyllisch gelegenen Klöstern ein Fest für die Sinne. Schon vom Auto aus spürt man die Ruhe und ausgleichende Wirkung dieser Orte. Bereits beim Ankommen hat man ein gutes Gefühl. Ein-

fach „mal weg“ sein, vom Alltag im Beruf und in der Familie abschalten, das ist für viele ein echtes Anliegen. Unter anderem auch für Menschen, die sich sonst für andere aufopfern, Verwandte pflegen oder einen anderweitig sehr anstrengenden Beruf haben.

Wer heutzutage Erholung sucht, möchte den täglichen Stress nicht unbedingt mit überfüllten Abflughallen oder Klubanlagen tauschen, sondern Körper und Geist eine echte Pause gönnen.

Um fern von allem zu sein und trotzdem die Vorzüge und Möglichkeiten eines Urlaubs zu genießen, muss man nicht zwangsläufig auf andere Kontinente fliehen, wie es einem bunte Werbung mit tropischen Palmstränden gern suggeriert. Auch hierzulande gibt es komfortable Oasen in wunderschöner Natur, die sich die Distanz zur Hektik unserer Zeit trotz örtlicher Nähe bewahrt haben.

#### Für jeden das Passende

Urlaub im Kloster oder auch Kloster auf Zeit: diese Auszeit-Modelle sind nicht neu und werden nach wie vor angeboten. Meist findet sich vom traditionell asketischen Zimmer mit Etagendusche bis hin zu großzügigeren Komfortangeboten mit eigenem Bad für jedes Reisebudget die passende Unterkunft.

Leseräume und eine gut sortierte Bibliothek bieten interessierten Besuchern reichlich Auswahl zum Schmökern. Besonders an Tagungsgäste ist gedacht: Seminarräume



Bereits der Kreuzgang, oftmals zentrales architektonisches Element, strahlt die kraftschöpfende Wirkung eines Klosterurlaubs aus.

Foto: © Dieter Hopf/pixelio.de

und -säle inklusive medialer Ausstattung können meist sowohl für Tagungen als auch für Familienfeiern genutzt werden.

In den Klöstern ist keine „weltfremde Atmosphäre“ zu spüren. Ganz im Gegenteil. Überall zeigt sich das Bewusstsein für die Anforderungen an die Bedürfnisse der Besucher. Die Natur rund um die Gebäude bietet vielerlei Möglichkeiten, im Freien zur Ruhe zu kommen, im Haus dagegen die Kapelle oder Meditationsräume.

Wer statt Ruhe Nähe und ein gutes Gespräch sucht, kann sich am spirituellen Leben beteiligen. Manche suchen den Austausch mit anderen Gästen und Gleichgesinnten. Auch spirituelle Hausangebote sind kein Muss für Gäste, die sich dem klösterlichen Leben jederzeit entziehen können.

Reichlich Urlaubsprogramm und Freizeitmöglichkeiten bieten Unterhaltung und Abwechslung.

Text: BenH



Oftmals gehören gepflegte Parkanlagen zu Abtei oder Kloster – gerade im Herbst mit seinem Farbenspiel der Blätter eine Wonne für die Seele.

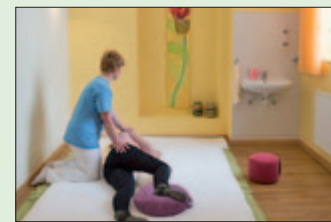
Foto: © Rike/pixelio.de

Presstext:

### Das Besondere in Kloster Arenberg:

Es steht dem Gast ganz frei, welche Angebote des Gästehauses Kloster Arenberg er nutzen möchte. Hier müssen die Gäste nichts. Ob sie Anregungen und Anwendungen oder eher das Alleinsein suchen, Begegnungen oder eher Ruhe und Stille. Auch die Aufenthaltsdauer ist – abgesehen von Kursen – individuell verschieden. Der Gast entscheidet selbst,

gen zu ermöglichen, die Leib und Seele in Einklang bringen. In diesen berührenden Augenblicken ist der Leib in der Seele zu Hause und die Seele ist im Leib daheim. Freiheit und Vielfalt Das ganzheitliche Konzept von Kloster Arenberg spricht jung und alt, Männer und Frauen sowie Menschen an, die unterschiedliche Erfahrungen mit Glauben



Shiatsu

#### Für sich sein und Begegnung

In Kloster Arenberg wird auch den Gästen ein Raum eröffnet, die ganz für sich sein wollen. Aber ebenso wichtig ist, dass gute Begegnungen und der Austausch mit anderen möglich sind. Ob Gruppenangebote, spontane Begegnungen oder Alleinsein – der Gast hat die Möglichkeit zu wählen, was ihm gut tut.

#### Klösterliche Atmosphäre

Kloster Arenberg eröffnet Erfahrungen der Ruhe und Stille, des zweckfreien Daseins und der Einfachheit – Gegenpole zu einer rastlosen und leistungsorientierten Zeit. Das Leben kann sich dadurch neu ordnen und vertiefen. Die spirituellen Impulse am Morgen und Abend, die Meditationsangebote, das stille Verweilen im Garten oder die Mög-

lichkeit, gemeinsam mit andern schweigend eine Mahlzeit einzunehmen, laden dazu ein, Gott, sich selbst und den Nächsten wieder aufmerksamer wahrzunehmen. Die Präsenz der Schwestern und die Begegnungen mit ihnen tragen dazu bei, dass im Gästehaus die klösterliche Atmosphäre spürbar ist.

#### Schöpfung erfahren und schöpferisch sein

Der wunderbare Klosterpark lässt die Schönheit von Gottes Schöpfung erspüren und lädt ein zum Verweilen in der Natur. Im Wechsel der Jahreszeiten birgt er Schätze und Schönheiten, die sich dem Besucher im lautlosen Wahrnehmen erschließen.



Foto: Kloster Arenberg



Laudes und Hl. Messe.

Fotos: Joanna Vortmann

wann er kommt und wie lange er bleiben möchte. Auch Kurzurlauber sind herzlich willkommen.

#### Herzlichkeit und Offenheit

Kloster Arenberg will den Gästen herzlich begegnen und ihnen großes Wohlwollen entgegenbringen. Im Leitbild steht geschrieben: Jeder Gast – gleich welchen Glaubens und welcher Lebenssituation – soll sich in seinem Suchen und Fragen, in seinen Hoffnungen und Ängsten verstanden, angenommen und aufgenommen wissen.

#### Leib und Seele

Christen würdigen den ganzen Menschen – auch in seiner Leiblichkeit. Es ist das Anliegen von Kloster Arenberg, Erfahrun-

und Kirche gemacht haben. Daher wird ihnen ein sehr vielfältiges Programm angeboten und großer Wert auf Freiheit gelegt.

### Urlaub im Kloster

In einer Welt voll Hektik ist unser Kloster ein Ort der Ruhe, an dem Leib und Seele neue Kraft schöpfen dürfen.

Urlaub in klösterlicher Atmosphäre. Erholen Sie sich in unserem Vitalzentrum (Massagen, Sauna, Schwimmbad, Fitness und Entspannung). Genießen Sie die herrliche Natur im weitläufigen Klosterpark oder lassen Sie sich von unseren spirituellen Impulsen anregen.

Kloster Arenberg  
Cherubine-Willmann-Weg 1  
D-56077 Koblenz

Tel. +49 (0) 261 - 6401-0  
Fax +49 (0) 261 - 6401-3454  
info@kloster-arenberg.de  
www.kloster-arenberg.de

KLOSTER ARENBERG  
erholen • begegnen • heilen

Foto: Joanna Vortmann