



Gemeinsam mit anderen Mitschwestern und Mitarbeiterinnen ist Sr. M. Siegfrieda im Kloster Arenberg für die Gästebetreuung zuständig. Die wunderschöne Blumendekoration im Haus trägt ihre Handschrift. Jeden Morgen ist sie im Garten unterwegs, um die vielen Vasen zu füllen

Entspannte Auszeit im KLOSTERGARTEN

Das Gästehaus Kloster Arenberg bei Koblenz feiert im September sein 10-jähriges Bestehen. Hier verbinden sich mit viel Charakter Tradition und Moderne – was auch wesentliche Teile des Klostersgartens auszeichnet.

ES WAR ALS HÄTT' DER HIMMEL, DIE ERDE STILL GEKÜSST

Vögel zwitschern, Schafe blöken, Amseln hüpfen vergnügt über den Rasen - und dazwischen erklingt immer wieder das helle, freundliche Lachen der Hausherrinnen, der Schwestern des Ordens der Dominikanerinnen. Ein „Guten Tag“ hier, ein „Grüß Gott“ da – wir kennen uns nicht, begegnen uns, schauen uns an und lächeln, das alles geht hier wie von selbst. Das Gefühl, von Anfang an willkommen zu sein, ist selten geworden in unserer Gesellschaft. Hier im Kloster Arenberg, einem Ortsteil von Koblenz (Rheinland-Pfalz), ist es alltäglich zu spüren, das erzählt bereits der Taxifahrer auf dem Weg auf die Anhöhe, auf dem das Kloster liegt. „Jedesmal, wenn ich hier hinauf fahre, fällt schlagartig alles von mir ab, ganz egal, was vorher war oder gerade ist“, schwärmt er. „Das habe ich nirgendwo anders auch nur so ähnlich erlebt.“ Es ist diese Herzlichkeit und Offenheit, die über allem liegt, die ihn so begeistern. Und er hat Recht: Die Schwestern und die Mitarbeiter des Klosters strahlen eine herzliche Zugewandtheit aus, ein Glücksgefühl, das von der ersten Begegnung an auf die Besucher übergeht. „Die Gesichter der Gäste verändern sich mit der Zeit, meist schon nach einem Tag des Aufenthaltes“, sagt Bernhard Grunau, Geschäftsführer der Arenberg GmbH und Leiter des Gästehauses, und fügt hinzu: „Dieser Geist kann nicht von uns alleine kommen“.

Natürliche Rasenmäher

Viele Gäste kommen im Wunsch hierher, die Stille zu finden. Das Kloster ist ein ruhiger, aber durchaus sehr lebendiger Ort. Das trifft auch auf den Klostergarten zu. Meditation und Entspannung werden hier ebenso gefördert wie Zusammenhänge in der Natur gezeigt, die vor allem für viele Städter nicht mehr selbstverständlich sind. So werden hier Streuobstwiesen auf natürliche Weise bewirtschaftet, indem Schafe angemietet wurden, sorgen Bienen für die Versorgung mit gesundem Honig, werden rund um das Kräuterhaus



Schon bei der Auffahrt zum Kloster Arenberg spürt der Besucher: Dieser Ort ist mit Außergewöhnlichkeit gesegnet. Die Lage oben am Berg lässt die Nähe zum Himmel spüren, die natürliche Herzlichkeit der Ordensschwester sogar eine leise Ahnung vom Paradies zu. Und was passt wohl besser in ein irdisches Paradies als Äpfel, von denen es hier Dutzende alter Sorten gibt? Hier dürfen sie sogar, anders als im Garten Eden, ohne Folgen genascht werden – auch wenn die meisten im Oktober einer ganz anderen Bestimmung zugeführt werden: Sie werden zu leckerem Apfelsaft gepresst, der im Speisesaal ausgeschenkt wird – so lange der Vorrat reicht!





Im Klostergarten wird sehr auf das ökologische Gleichgewicht geachtet: Seit einigen Jahren bereichern ein Insektenhotel und das Gras der Streuobstwiese niedrig haltende Schafe den Garten. Und was wäre der ohne seine kundigen Gärtner? Natürlich kann das Konvent nicht alle Arbeiten selbst erledigen, schließlich gilt es auch, wichtige Arbeiten in der Seelsorge, in der Gästebetreuung und in der Ordensgemeinschaft mit Hingabe zu erfüllen. Thomas Kirsch (links) ist einer von vier festangestellten Gärtnern, die tagein tagaus dafür sorgen, dass der Garten gepflegt ist und reiche Ernte abwirft



NEBEN NÜTZLICH DARF EIN GARTEN AUCH SCHÖN SEIN

in Schaugärten wie einem Apothekergarten, Duft- und Aromagarten, einer Kräuterspirale und einem Teegarten Pflanzen nach ihrer Nutzbarkeit geordnet vorgestellt. Während hier mehr geschaut als geerntet wird, werden in unmittelbarer Nähe, im so genannten Grottenfeld, in langen Reihen Schafgarbe, Königskerze, Ringelblume, Eibisch, Frauenmantel, Apfelmintze, Johanniskraut, Salbei und Lavendel zum Ernten angebaut. Sie finden vor allem in klostereigenen Teemischungen Verwendung, aber auch in Salben, Gelees, Essigen und Likören, die im Klosterladen zum Verkauf angeboten werden.

Gestaltung mit Charakter

„Der Klostergarten ist ein sich wandelnder Garten, regelmäßig kommen - oft auf Anregungen von Gästen, oft aus Ideen

von innen heraus - neue Elemente hinzu oder werden alte verändert“, erzählt Sr. M. Gertrud beim Rundgang durch den Klostergarten. Beim so genannten Biotop etwa, einem Seerosenteich mit Goldfischbesatz und zierlichem Springbrunnen, wurde die Sitzgruppe rundherum abgesehen, damit der Betrachter nicht von oben auf den Teich schauen muss, sondern Auge in Auge mit den Seerosen sitzt. Und auf Augenhöhe beobachten kann, wie die wenigen zarten Wasserstrahlen um die Seerosen plätschern, die in ihrem strahlenden Weiß so perfekt zur Ordentstracht der Hausherrinnen zu passen scheinen. Und darüber sinnieren kann, warum wohl die wenigen roten Seerosen, die farblich aus der Reihe tanzen, so gar nicht stören, sondern die Szenerie viel eher bereichern... Doch auch völlig stille

Bereiche gibt es im Garten. Im ehemaligen Bibelgarten, der nun Josefshof heißt, lassen ein Brunnen, der so leise läuft, dass er kaum zu hören ist, ein Summstein, der summt und hallt, wenn leise in ihn gesprochen wird, Kreativtische mit Kreide, Sandflächen mit Rechen und ein Kreisel auf Sand völlige Entspannung und Besinnung auf das Wesentliche zu. Hinter der Streuobstwiese, die mit einer Vielzahl alter Apfelsorten wie Gewürzluiken, Rote Sternrenette, Großer Rheinischer Bohnapfel, Roter Bellefleur, Landsberger Renette, Jakob Lebel, Rheinischer Winterrambour, Berner Rosenapfel und vieler anderer mehr aufwartet, wurde im vergangenen Jahr am Ende des Parks eine Trockensteinmauer errichtet. Nicht irgendeine Mauer, nein, eine Klagemauer nach dem Vorbild in Jerusalem. Hier



Der Apothekergarten (oben links) dient, ebenso wie der angegliederte Duft-, Tee- und Kräutergarten, als Schaugarten zur Gast-Information. Geerntet werden Königskerzen, Ringelblumen & Co. auf der Anbaufläche im Grottenfeld. In der Kräuterwerkstatt werden die Pflanzen nach dem Trocknen verlesen und zerkleinert (oben: Gabriele May, die Leiterin Kräuterei/Gärtnerei). Links: Auch Quitten wachsen im Klostergarten



KLOSTER-ERZEUGNISSE

Ob Apfel- oder Lavendelgelee, Ringelblumensalbe, Kräuternessig, Quitten- und Holunder-Likör oder verschiedenste Tee-Mischungen: Im Klosterladen wird vieles von dem verkauft, was der Klostergarten abwirft und was nicht frisch vom Feld oder Baum im Speisesaal verzehrt wird. Das Kloster achtet sehr auf Nachhaltigkeit in allen Bereichen und richtet alle zwei Jahre zusammen mit dem Umweltamt Koblenz einen eigenen Umweltag auf dem Klostergelände aus.

DER GARTEN, EIN „HORTUS“ DER KREATIVITÄT UND FÜLLE

kann jeder Gast als symbolische Handlung seine Belastungen auf Papier bringen und in die Ritzen der Mauer stecken. Die Briefchen werden jährlich in der Osternacht im Osterfeuer verbrannt. „Dieses Angebot wird von unseren Gästen sehr stark angenommen“, erzählt Sr. M. Gertrud, „als wir nach der Karfreitagsliturgie ans Einsammeln gingen, fischten wir 1145 Zettelchen aus der Mauer. Und das war nur die „Ernte“ eines halben Jahres!“. Dass die Klagemauer nicht nur Hort für die Nöte ihrer menschlichen Besucher ist, sondern auch Zuflucht für tierische Besucher wie Reptilien bietet, ist ein schöner Nebenaspekt.

Der schönste Ort der Welt?

„Es gibt keinen schöneren Ort der Welt, an dem ich leben möchte, ich bin glücklich darüber, hier arbeiten zu dürfen“, sagt Sr. M. Gertrud – und da ist es wieder, dieses spontane, herzerwärmende Lachen, begleitet von einem warmen Blick aus Augen, aus denen tiefste innere Zufriedenheit spricht. „Hier bin ich Mensch, hier darf ich´s sein“, scheinen Sie dem Gegenüber zu signalisieren. Vielleicht auch ein „...und ich lade dich ein, mit mir fröhlich und gelassen im Jetzt zu sein“? Keine Frage: Das Kloster Arenberg, die Herzlichkeit seiner Bewohner, der schöne Garten und die noch im kleinsten Winkel zu spürende Liebe zum Leben und zur Natur, ist ein Ort, um zur Ruhe kommen und die guten Gaben zu genießen – kurzum: ein echter Wohlfühlgarten Gottes. Die Dominikanerinnen des Klosters Arenberg und ihre engagierten Mitarbeiter haben Großartiges geschaffen: Mythos und Moderne in einen Dialog zu setzen - mehr noch: sie zusammen zu bringen. Ein Kloster, ganz modern und dennoch in alten Traditionen verwurzelt, ein Garten zum Träumen, zum sich Erholen, zum in Ruhe gelassen werden und zum Wünsche nach ganz oben zu schicken. Gehütet von Ordensschwwestern, die einen mit ihrer Herzlichkeit umarmen. Unser Tipp: Selbst erleben!

Dr. Angelika Huber



Drei Gärtner unter der Leitung von Gabriele May, die auch Arbeiten wie das Trocknen der Ernte übernimmt (rechts), und viele ehrenamtliche Helfer unterstützen die Ordensschwwestern bei der Arbeit. Die Dominikanerinnen vom Kloster Arenberg gehen achtsam um mit ihrem irdischen Abbild des Paradieses und seinen Gewächsen.

Gemeinsam mit den Mitarbeitern bewahren sie das Wissen darüber, wie die Früchte ihres Gartens den Körper nähren und heilen, den Geist anregen und die Seele besänftigen können – und ganz im Sinne Sebastian Kneipps, der in der Historie des Klosters eine große Rolle spielt, eine Harmonie von Körper, Geist und Seele erzielen können





Der Pavillon (links) steht unter alten Kastanienbäumen und ist umrahmt von Stühlen, Baumstümpfen und Waldsofas. Letztere können frei drehbar dem Sonnenstand angepasst werden. Neben an blöken Schafe auf der Streuobstwiese, nisten Insekten im vom Kindergarten angelegten Insektenhotel, summen Bienen in den Stöcken, die dem technischen Leiter des Klosters gehören und im so genannten Grottenfeld (oben links) aufgestellt sind. Dort werden auch die Kräuter angebaut, die später getrocknet werden (oben), wie Lavendel, Schafgarbe, Johanniskraut, Ringelblume, Königskerze, Zitronenmelisse & Co.



Pflanzen sind Sr. M. Siegfriedas Leidenschaft

SR. M. SIEGFRIEDAS PFLANZEN-TIPPS

Es gibt Tage, an denen mag sich die Sonne gar nicht so recht am Himmel zeigen. Damit dann gar nicht erst trübe Stimmung aufkommen kann, empfehle ich hier immer unseren „Gute-Laune-Tee“. Dazu mischen Sie Wildkräuter in folgendem Verhältnis zusammen:

- 35 g Minze
- 30 g Johanniskraut
- 15 g Spitzwegerich
- 10 g Schafgarben
- 5 g Zitronenminze
- 3 g Malven
- 2 g Ringelblumen

Schon das Riechen an den zerriebenen Blättern der Pfefferminze öffnet die Atemwege und lässt tiefer durchatmen. Dieses Aroma belebt und fördert klare Gedanken, Konzentration und Inspiration. Pfefferminze wirkt anregend und erfrischt wie ein kühleres Bad in der Hitze des Sommers. Unsere heimische Pfefferminze ist eine Kreuzung aus mehreren Minzearten. Wildformen sind beispielsweise die Krauseminze, die Waldminze und die Wassermintze. Bei der Minze, die als Tee angeboten wird, handelt es sich fast immer um die Pfefferminze. Von Walhfried Strabo stammt der Satz: „Wer alle Kräfte, Arten und Namen der Minzen vollständig aufzählen kann, der kann ebenso gut auch sagen, wie viele Fische im Roten Meer schwimmen oder wie viele Funken der Ätna auswirft.“ Wissenschaftlich bewiesen sind die krampflösende Wirkung und die Anregung der Gallenproduktion. Doch Achtung: Pfefferminztee ist nicht geeignet für Menschen mit einem übersäuerten Magen und ist kein harmloser Kindertee.