

Artikel gespeichert von: <http://www.nachhaltigleben.de/article.php?articleid=1542>

## Nachhaltiger Urlaub für die Seele

**Im Kloster Arenberg bei Koblenz können Sie die Seele baumeln lassen und den Alltag für eine Weile vergessen. In den stillen Klostergärten kommt der Geist zur Ruhe und der Körper kann endlich Lebenskraft auftanken. Ein Vitalprogramm nicht nur für Gottesanbeter, sondern für jeden, der [Urlaub](#) mal anders genießen will.**



Die Atmosphäre lädt zum Entspannen ein. Foto: Kloster Arenberg

Wenn der Alltag drückt und die Sorgen belasten, wird der Wunsch nach einer Auszeit immer größer. Einfach mal ganz weg sein, an nichts mehr denken, nur noch Glück empfinden. Ein Rückzug ganz zu sich selbst, zu seiner Seele und seinen Bedürfnissen. Dafür ist das Kloster Arenberg genau richtig. Ein Ort des Friedens und der Stille, der wie eine Friedenstrutzburg über Koblenz thront und ein herrlich gelegener Platz zur inneren Einkehr ist. Hoch oben mit einem Blick über das Rheintal, den Westerwald und der Eifel, unter weitem Himmel und mit traumhaften Klostergärten, [Parks](#) und Ruheplätzen umgeben. Ein echter [Kraftort mit magischer Atmosphäre](#). Die Arenberger Dominikanerinnen, Schwestern der heiligen Katharina von Siena, möchten allen Menschen die Möglichkeit eines Urlaubs für Körper, Geist und Seele bieten. Wohl gemerkt allen Menschen, egal welchen Geschlechts oder Glauben. Hier im Kloster Arenberg sind wirklich Alle willkommen. Und diese Herzlichkeit allen Menschen gegenüber spürt der Besucher in jeder Ecken und jedem Winkel. Hier wird Nächstenliebe gelebt. Jeden Tag.

Aus dieser Liebe heraus öffnen die Ordensschwestern und ihre Mitarbeiter für das Leben und deren Sorgen die Klosterpferten. Damit auch der „Normalsterbliche“ teilhaben kann an dem anderen Leben, dem Leben weit weg von Großstadtlärm. Um ein Stückchen Himmel wieder in sich zu entdecken oder vielleicht den Glauben an Gott und den [Engeln](#) wieder in sich spüren. Aber das Kloster Arenberg will den Glauben nicht erzwingen und Gott nicht aufdrängen. Den Lebensweg kann jeder gehen wie er mag. Denn hier gilt nur eines – sich erholen. Ganz individuell.



Für eine Erfrischung zwischendurch ist auch gesorgt. Foto: Kloster Arenberg.

Dazu steht dem Besucher ein modernes Gästehaus zur Verfügung. Entweder mit Einzel- oder Doppelzimmer oder als Appartement. Und ausgestattet mit allem Komfort wie Dusche, WC, Telefon und – wenn gewünscht – mit anzumietendem TV. Nur rauchen muss man draußen und Bello muss auch Zuhause bleiben. Aber nicht schlimm, dafür findet man hier seine himmlische Ruhe. Für das leibliche Wohl sorgt ein tägliches Vital-Programm. Im Angebot enthalten sind zum Beispiel Morgengymnastik, Tautreten, Qigong, Physikalische Therapie, das Crystal Bad mit beruhigenden Lichteffekten, Sauna oder das lichtdurchflutete [Schwimmbad](#). In der Gästekapelle kann der Besucher meditative CD-Musik hören und jeden Tag gibt es eine gemeinsame Zeit der [Meditation](#), um den Weg zu seiner eigenen Mitte wieder zu finden. Dafür steht ein sehr schöner Meditationsraum zur Verfügung, der sich direkt unter dem Dach befindet und einem das Gefühl vermittelt, ganz weg von allem und ganz nah bei sich zu sein. Wenn man möchte, kann man auch an der Liturgie, den Stundengebeten, der Dominikanerinnen teilnehmen. Ein täglicher Dialog mit Gott und der Ewigkeit. Wer ganz für sich sein will und eine persönliche Zwiesprache mit dem Leben halten will, findet immer einen stillen Ruheplatz innerhalb der Klostermauern. Entweder im Klostergarten, im Raum der Stille, im Meditationsraum oder in der Kapelle. Helfend zur Seite stehen bei dringenden Lebensfragen Seelsorger oder Gesprächskreise zum Austausch mit Gleichgesinnten. Wenn man jetzt nach all dem Seelenfrieden richtig Hunger bekommt, der wird mit einem reichhaltigen Büffet im Speiseraum belohnt. Morgens, mittags und abends. Richtig lecker mit einer großen Vielfalt an klassischen und gut bürgerlichen Küchenkreationen. [Natürlich auch vegetarisch](#). Und wer es auch hier ruhig haben möchte, kann sich jede Mahlzeit neu entscheiden, ob er im Schweigen seine Mahlzeit verkosten möchte. Eine wirklich himmlische Zeit verbringt man im Kloster Arenberg. Und wer jetzt wissen will, wie er dort buchen

kann, bekommt hier die richtigen Infos:

[www.kloster-arenberg.de](http://www.kloster-arenberg.de) oder Mail: [info@kloster-arenberg.de](mailto:info@kloster-arenberg.de)

Text: Peter Rensch