



Im Klostergarten  
kommt Autorin  
Silke Haas zur  
Ruhe, kann Kraft  
schöpfen und  
sich entspannen

Wandern gehört  
zu einem Kloster  
aufenthalt, es hat  
etwas Meditati

# Meine Auszeit im Kloster

Was tun, wenn der Kopf dröhnt,  
die Ohren sirren, nichts mehr geht?  
Innehalten. Der perfekte Ort: das  
Kloster Engelberg in der Schweiz



Gleich hinter dem Kloster beginnen die Berge, der Blick auf die Gipfel ist Balsam für die Sinne



**Text und Fotos:** Silke Haas

**M**eine Familie staunt, als ich ihr sage: „Ich gehe ins Kloster.“ Nein, nicht als Ordensschwester für immer, sondern als Gast, nur für ein paar Tage. Ziel ist das Kloster Engelberg in der Zentralschweiz, das Benediktinermönche 1120 am Fuße des Gletschers Titlis gegründet haben. Um wieder herauszufinden, wer ich bin, was wichtig im Leben ist, um mich auf das Wesentliche zu besinnen. Ohne Fernseher, Internet, Handy. Einmal abschalten und runterkommen. „Leib und Seele reinigen“ nennt Birgit Miller die Auszeit. „Klosterpforte“ steht auf ihrer Karte, sie kümmert sich um die Gäste, ist Schnittstelle zwischen den Mönchen und den Menschen draußen.

### Wie ein Jo-Jo hüpfert mein Herz, als ich einträte

Ich folge Birgit Miller durch die hohen Gänge zu meinem Zimmer. Die ehemalige Mönchszelle ist groß, hell und freundlich. Einfach und praktisch eingerichtet: Bett, Schrank, Schreibtisch. Kein Schnickschnack, dafür eine grandiose Aussicht. Hinter den Klostermauern erheben sich die Berge mit zackigen und markanten Gipfeln, auf denen Schneefelder in der Sonne glitzern. Erst einmal tief Luft holen, ankommen und die heilende Stille wirken lassen.

Mein Tagesablauf folgt dem der Mönche, die fünfmal am Tag zum Gebet im Gotteshaus zusammenkommen. Alles ist freiwillig, nur ein Angebot, keine Anwesenheitspflicht. Die Mönche selbst leben abgeschieden im nicht öffentlichen Konvent, wo auch das Schweigegelübde gilt.

Fröhliches Lachen schallt dagegen durch die Holztür des Gästespeisesaals. Ein Mönch in schwarzer Kutte und zwei Frauen in bunten Bergsteigeroutfits begrüßen mich. Pater Berchtold reicht mir die Hand. Er ist für die Gäste da, speist, redet und lacht mit ihnen. Der Engelberger weiß, wo es die besten Röstis gibt und kennt die schönsten Wanderwege. Aber das Wichtigste: Er hört zu. Groß gewachsen, braun gebranntes Gesicht mit intelligenten Augen und vielen Lachfalten. Seine 72 Jahre sieht man ihm nicht an. Wärme, Würde und natürliche Autorität strahlt der Mönch aus. Jemand, dem man sich anvertrauen, sein Herz ausschütten kann. Ohne Scheu und Schamgefühl. Pater Berchtold lauscht, analysiert, stellt die richtigen Fragen. „Er hebt dich von deinen Problemen herunter und reduziert sie auf das Wesentliche“, erzählt Bärbel (45), die bereits zum dritten Mal in Engelberg ist. „Es ist wie ein Befreiungsschlag, plötzlich sehe ich die Lösung, nach der ich vergeblich gesucht habe“, erklärt die Geschäftsfrau.

### Der Pater spürt, wer ihn braucht

Er nimmt sich den Besuchern an, begleitet sie auf das Zimmer oder einen Spaziergang durch den Klostergarten. Bärbel hat recht: Nach einem Gespräch fühlt man sich befreit und voller Zuversicht, spürt, dass alles gut wird. „Ich bin weder Arzt noch Psychiater“, erklärt er. „Meistens wissen die Menschen, wohin sie wollen, manchmal fehlt ihnen noch ein Stups, und den gebe ich.“



Pater Berchtold nimmt sich Zeit für den Gast, wie hier für bella-Autorin Silke Haas

Melodisch rufen die Glocken zum Nachtgebet. Wir folgen ihnen ins barocke Gotteshaus, das feierlich würzig nach Weihrauch und Kerzen duftet. Mit einem mächtigen Mollakkord durchbricht die Orgel die Stille. Mönche und Gottesdienstbesucher stimmen ein, loben, preisen und danken dem Herrn, folgen Ritualen einer 1000-jährigen Gemeinschaft. Gänsehaut kribbelt über meinen Rücken, gleichzeitig breitet sich ein tiefes Gefühl von Frieden in mir aus. Am nächsten Morgen beim Frühstück schlägt mir Pater Berchtold vor, auf den Titlis zu wandern, den schneebedeckten Gletscher mit über 3200 Meter Höhe. Wandern hat etwas Meditatives und gehört zu einem Klosteraufenthalt wie Gebete und Gespräche. „Berge haben Kraft, die bringt so schnell nichts aus der Ruhe. Lass dich einfach darauf ein“, rät der Mönch. Seinen Ratschlag nehme ich mir zu Herzen, genieße die Sonne und das Glück, mit jedem Schritt dem Gipfel näher zu kommen. Oben finde ich ein stilles Fleckchen, abseits des Touristenrummels. Ich fühle mich frei, glücklich und dem Himmel so nah – was bestimmt nicht nur an der Höhe liegt.

## GUT ZU WISSEN

### Infos & Tipps

#### Hinkommen

Verschiedene Linien fliegen von Deutschland nach Zürich. Von dort mit der Schweizer Zentralbahn über Luzern nach Engelberg. Tickets ab 18 Schweizer Franken (etwa 15 Euro).

#### Übernachten

Im Kloster Engelberg ([www.kloster-engelberg.ch](http://www.kloster-engelberg.ch)): EZ mit Vollpension pro Nacht ab 120 Schweizer Franken (etwa 97 Euro). Birgit Miller, Tel.: +41 416396119

#### Der besondere Tipp

Ein Molkebad in der Alpkäserei auf der Gerschnialp. Toller Blick und Seidenhaut. Sälmi Töngi, Tel.: +41 794315245

#### Weitere Informationen

[www.myswitzerland.com](http://www.myswitzerland.com)

