

## Newsletter April 2017

Werde still, blicke in dich hinein  
und werde dir deines göttlichen Kerns bewusst.

Gabriel Looser

### Auftanken für Leib und Seele.

**Das Kloster Ingenbohl bietet Frauen die Möglichkeit, eine gewisse Zeit im Kloster zu verbringen. Das Klosterleben ist einfach. Es bietet viel Zeit zum Nachdenken und Abschalten. Was erwartet die Gäste sonst noch?**



Das Leben ist oft turbulent und rastlos – Überarbeitung und Stress gehören zum Alltag. Immer mehr Menschen sehnen sich nach Ruhe und Entspannung. Sie möchten den Sinn und das Ziel ihres Lebens erkennen. Das Kloster Ingenbohl bietet Frauen die Möglichkeit, über eine Zeitspanne von einer bis zu vier Wochen in der Weggemeinschaft zu leben und gemeinsam mit vier Schwestern den Klosteralltag zu erleben.

### Was erwartet die Frauen im Kloster?

Die Gäste nehmen an der Liturgie, am Gebet, an der Meditation, bei Arbeiten im Haus oder kreativem Gestalten teil. Es gibt jedoch kein Pflichtprogramm – die Frauen stellen sich ihr Programm selbst zusammen. Es ist auch möglich einfach die Ruhe zu geniessen. Nichts zu tun. Die Stille zu geniessen. Abstand vom eigenen Leben zu erhalten - nicht dem alltäglichen Druck ausgesetzt zu sein. Schwester Jacqueline Clara erzählt: „Die meisten Frauen suchen das Gespräch. Wir sind da und gehen auf ihre Bedürfnisse ein. Wir holen die Frauen dort ab, wo sie im Leben stehen und wir hören ihnen zu.“ Die Schwestern bieten auch die geistliche Begleitung an. Die Frauen werden ermutigt zur Sprache zu bringen, was sie bewegt. Innere Bewegungen werden bewusst wahrgenommen und es wird gelernt, mit den Gefühlen umzugehen. Alles, was an Eindrücken, Erinnerungen, Gefühlen, Phantasien auftaucht, kann Inhalt der geistlichen Begleitung sein. Es ist eine Zeit der religiösen Vertiefung sowie der persönlichen Orientierung für ein ganzheitliches, sinnerfülltes Leben. Ein Auftanken für Leib und Seele.

### Wie sieht der Alltag im Kloster aus?

Das Leben im Kloster ist einfach – eine Zeit auf engem Raum. Die Gäste wohnen mit den vier Schwestern im gleichen Haus, auf dem gleichen Stockwerk. Gemeinschaftsduschen befinden sich auf dem Gang. Deshalb werden auch maximal sechs Personen gleichzeitig für eine Klosterauszeit aufgenommen. Dreimal täglich wird zusammen gegessen. Vor dem Mittagessen treffen sich die Schwestern zum Gebet. Viele Gäste teilen diesen Moment der Stille und Andacht mit der Weggemeinschaft.



Das Schlafzimmer und die Leseecke im Kloster Ingenbohl.

### **Wer gönnt sich einen Klosteraufenthalt auf Zeit?**

Das Angebot richtet sich an Frauen jeden Standes und jeden Alters. Die Konfession spielt keine Rolle. Die meisten Gäste sind zwischen 30 und 60 Jahre alt. Sie kommen vor allem aus der Schweiz und aus Deutschland. „Die Hintergründe sind ganz verschieden. Es kommen Frauen ins Kloster, die ihre Arbeitsstelle verloren haben oder Frauen, die erschöpft und ausgelaugt sind. Generell sind es spirituelle Menschen, die sich nach Stille sehnen und das Klosterleben kennenlernen möchten. Einige Gäste kommen regelmässig ein- bis zweimal pro Jahr. Es gibt auch Besucherinnen, die nur für Gespräche ins Kloster kommen.“, berichtet Schwester Jacqueline Clara. Jährlich begleiten die Schwestern rund 120 Gäste.

### **Sie haben Interesse?**

Treten Sie mit den Ingenbohl Schwestern in Kontakt. Bei einem Aufenthalt von drei bis vier Wochen findet ein Vorgespräch mit Schwester Jacqueline Clara statt, um gegenseitige Erwartungen auszutauschen.

#### **Kontakt:**

Sr. Jacqueline Clara Bühler  
Kloster Ingenbohl, 6440 Brunnen  
Telefon: +41 (0) 41 825 24 80  
[weggemeinschaft@kloster-ingenbohl.ch](mailto:weggemeinschaft@kloster-ingenbohl.ch)

#### **Kosten:**

Pension  
CHF 40.00 pro Tag bei 3.5 Std. Mitarbeit  
CHF 65.00 pro Tag ohne Mitarbeit

Weitere Informationen finden Sie [hier](#).