

recedentia

Ein Rückzugsort für das Gleichgewicht

Diplomarbeit

zur Erlangung des akademischen Grades
einer Diplom-Ingenieurin

Studienrichtung

Architektur

von

Mag. iur. Manuela Hinteregger

Technische Universität Graz
Erzherzog-Johann-Universität
Fakultät für Architektur

durchgeführt am
Institut für Gebäudelehre

Betreuer

Prof.Arch.Dipl.-Ing. Hans Gangoly

Mai 2009

recedentia

Ein Rückzugsort für das Gleichgewicht

Inhaltsverzeichnis

- 01** Vorwort 7
- 02** Kranke Gesellschaft 10 **02.1** Warum brauchen wir Wellness? 10 **02.2** Burnout - Gesellschaft 12
- 03** Leben im Kloster 19 **03.1** das heutige Klosterhotel 19 **03.2** Lernen vom Klosterleben 23 **03.2.1** der Tagesrythmus - ora et labora 23 **03.2.2** die Stabilität und Rituale 24 **03.2.3** Wie das klösterliche Leben den Gebäudebestand bestimmt 27 **03.2.4** bauliche Gebräuche 33 **03.2.5** Kreuzgänge 35 **03.3** moderne Klöster 37 **03.4** Welche Auswirkungen hat Religion auf die Architektur? 41
- 04** das Projekt 45 **04.1** Standort 46 **04.2** Bauplatz 53 **04.3** Projektbeschreibung 60 **04.4** Konzept 61 **04.5** Raumprogramme 75
- 05** Entwurf 77 **05.1** Erschließung 78 **05.2** Grundrisse 79 **05.3** Schnitte 95 **05.4** Ansichten 119
- 06** Materialitäten 129 **06.1** Raumsituationen 130 **06.2** der Außenraum 150 **06.3** die Fassade 154
- 07** Übersicht Recedentia 155

01 **Vorwort**

Die Idee zu dieser Arbeit stammt von einem evangelischen Pfarrer, der sich mit der Vision eines neuen Hotelkonzeptes zum Thema „Wellness & Spiritualität“ beschäftigte. Dafür wurde eigens eine Personengruppe zusammengestellt, die sich zu diesem Thema Gedanken machte.

Im Rahmen dieser Überlegungen entstand die Idee, ein Gebäude zu schaffen, welches Körper und Seele wieder in Einklang bringt.

Dieses Hotel sollte im Dienste des Lebens stehen und den nach Ruhe, Entspannung, Spiritualität, Wohl- und Heilseinheit, bedürftige Menschen helfen, sich und seine eigene Mitte wieder zu finden. Es sollte sich dabei um ein Wellnesshotel ohne Wellnessstress handeln, in dem der Gast Zeit für Stille und Ruhe findet, Balast abwerfen und gewissermaßen auf die Seele "entschleunigend" wirkende Zeitlosigkeit verspüren kann.

Ausgangssituation dieser Initiative ist eine neue Wellnesbewegung. Beflügelt von neuen Kommunikationen, Informationsmedien, Massenmedien und globalen Austausch von Waren und Dienstleistungen entstehen veränderte Lebensbedingungen vieler Menschen. Unsere neuen Schlagwörter heißen z.B. Stress, Leistungsdruck gepaart mit Zeitnot und beschleunigtem Lebensrhythmus, Flexibilität und Komplexität. Faktoren, die wiederum neue Krankheitsbilder hervorbringen. Psychotherapeuten prognostizieren Burnout als die nächste Volkskrankheit und manche versuchen bereits, aus dieser Schwäche einen wirtschaftlichen Gewinn zu erzielen.

Um aus dem Kreislauf der Überforderung wieder zu entkommen, entsteht in unserer Gesellschaft eine neue Sehnsucht nach dem Gleichgewicht von Körper, Seele und Geist. Daher richtet sich der Trend zu mehr qualitativen und sogenannten lebenswerten Aspekten des Lebens wie Wohlfühlen, Wohlbefinden und Wohlergehen.

Die **neue Wellnessbewegung** wird sich ihrem Prunk und ihrer Vielfältigkeit entledigen und sich mehr dem Reduzierten hingeben müssen. Menschen brauchen eine Auszeit von ihrer Überforderung und müssen daher lernen, in ihrem Leben Balance und Ausgleich zu finden.

Mit den neuen Trends der Wellnessbewegung hat sich Freizeitforscher Opaschowski auseinandergesetzt.

Für ihn richtet sich der Blick mehr auf die qualitativen, also lebenswerten Aspekte des Lebens.

Und das heißt: Wohlfühlen, Wohlbefinden, Wohlergehen.

Die Zukunft wird Wellness mehr Mindness bringen, sozusagen **„Gut leben statt viel haben“**.

Die Verantwortung für Körper, Geist und Seele wird daher eine wichtige Rolle spielen.

In **Stichworten** zusammengefasst:

- Es soll ein modernes Kloster im weltlichen Bereich sein
- Möglichkeit, Ballast abwerfen können
- Stille, Ruhe, Spiritualität
- Die Zeit muss während des Aufenthaltes "still stehen"
- Kein Wellnessstress soll entstehen
- Langsamkeit, Entschleunigung
- Zeitlosigkeit, keine Uhr
- Keine Gruppendynamik
- Zeit für das Individuum
- Bedürfnis, alles im Hotel machen zu können
- Qualität vor Quantität

In welcher Form dieser **Balance-Ausgleich** zwischen Spiritualität und Wellness geschehen kann und welche notwendigen Maßnahmen sich für die architektonische Gestaltung daraus ergeben, möchte ich ansatzweise in den weiteren Kapiteln erläutern. Es werden Einblicke vermittelt, wie unsere Gesellschaft mit der neuen Krankheit **„Stress-Überforderung“** umgeht und welche Methoden es gibt, um sie zu verhindern.

Welchen Einfluss haben die traditionell verschlossenen Mauern eines Klosters auf unseren heutigen Lebensstil und sind wir in der Lage, aus dem Leben eines Mönches zu lernen?

Diese Fragen möchte ich beantworten und besonderes

Augenmerk auf das nachhaltige Auftanken der gestressten Seele, dem Wiederfinden seiner eigenen Mitte und dem entfliehen vom Alltag durch die bewusste gesellschaftlichen Abstinenz legen.

02 **Kranke Gesellschaft**

02.1 **Warum brauchen wir Wellness?**

Der Begriff "Wellness" leitet sich von den Begriffen Well-being und Fitness bzw. Well-being und Happiness ab, d. h. das Lebensstilkonzept Wellness zielt auf Wohlbefinden, Spaß und eine gute körperliche Verfassung ab. Heute versteht man unter Wellness vor allem Methoden und Anwendungen, die das körperliche, geistige und seelische Wohlbefinden steigern. Nach dem Oxford Dictionary hat der Begriff seinen Ursprung im 17. Jahrhundert. Anhand jener Präzisierungen kann man Wellness als „gesund genussvoll leben“ bezeichnen.

1959 hatte der amerikanische Sozialmediziner Halbert L. Dunn das Wort "Wellness" neu aufgegriffen. In den 1970er Jahren entwickelten die Wellness-Pioniere Donald B. Ardell und John Travis im Auftrag der US-amerikanischen Regierung neue ganzheitliche Gesundheitsmodelle, die auf Prävention und Eigenverantwortung des Einzelnen für seine Gesundheit aufbauten. Nach dem Verständnis Ardells beschreibt Wellness einen Zustand von Wohlbefinden und Zufriedenheit und besteht aus den Faktoren Selbstverantwortung, Ernährungsbewusstsein, körperliche Fitness, Stressmanagement und Umweltsensibilität.

Wellness bricht aus dem Korridor der Verwöhnungs- und Entspannungswünsche aus und wird zur konsequenten „Arbeit am Selbst“

Von Wellness zu „Selfness“

Wellness war der große Hype der letzten Jahre. Alles war irgendwie „Wellness“: Fango-Packungen und Candlelight-Dinner, teure Autos und sogar Lebensmittel bekamen den Zusatz auf ihren Verpackungen. Im Verlauf dieser Zeit ist der Begriff endgültig zu einem gesellschaftlichen Marketing-Trick verkommen. Der Begriff „Wellness“ entwertet sich selbst radikal.

Dennoch wird sich der Begriff „Wellness“ halten, denn er benennt eine Sehnsucht, die weitaus mehr ist als der Hang zu Genuss und Entspannung. Wir wollen unser eigenes Leben in den Griff bekommen, wir wollen ein „Wellbeing“ im erweiterten Sinne. Heutzutage können wir dieses Verlangen als **„Selfness“** bezeichnen. Selfness ist gekennzeichnet durch eine gesunde und körperbewusste Haltung, einer „Work-Life-Balance“. Sie steht für ein bewusstes Verhältnis zur sozialen Umwelt.

Rund um unsere Bedürfnisse wird sich in den nächsten Jahren eine zweite Bewegungswelle entwickeln, in deren Zentrum nicht mehr vorübergehende Entspannung, sondern dauerhafte Selbstveränderung steht.

Die Devise **„Finde Dich selbst“** wird zum großen Schlagwort und löst das „Stelle Dich selbst dar“ der vergangenen Jahre ab. Zu „Selfness“ gehört eine neue Leidenschaft zur Ehrlichkeit. Ich bin nun **selbst** für mich **verantwortlich** und Dinge können nicht von außen gelöst werden.

02.2 Burnout - Gesellschaft

Obwohl der Begriff "**Burnout**" nahelegt als sei hier etwas Endgültiges passiert, als sei etwas für immer verloren und vorbei, ist unsere Erfahrung doch ganz anders: Schon Herbert Freudenberger, der den Begriff (1973) geprägt hat, erkannte, dass im Überwinden von Ausgebrannt-sein neue Chancen zu sehen sind. Er arbeitete als Psychiater in New York im sozialmedizinischen Bereich, sehr viel und sehr schlecht bezahlt - Tag und Nacht, bis er an die Grenzen seiner Belastbarkeit stieß.

Die Folge war ein massiver Zusammenbruch mit dem Erleben der eigenen Schwäche, Erschöpfung, dem Verlust der emotionalen Beziehungen zu seinen Mitmenschen, zu seiner Familie, zu seinen Patienten. Was für ihn noch schlimmer war: er fühlte sich unfähig und außer Stande, seine Arbeit weiter zu machen.

Damals gab es noch keine Ratgeber für Burnout und keine Therapie. Es war ja ein weithin unbekanntes, vielmehr unentdecktes Phänomen. Aber Dr. Freudenberger wurde sein eigener Arzt: er half sich selbst durch **Rückzug** und kritische **Analyse** seiner Arbeits- und Lebensgewohnheiten. Er konnte wieder gesund werden. Aber vieles hatte sich für ihn geändert: Plötzlich waren ihm seine Familie und seine Freunde wichtiger als seine Arbeit, plötzlich schaute er auf **sich selbst**.



Abb. <http://www.google.com/images>



Abb. <http://www.google.com/images>

Überforderung - der neue Standard?

100 bis 200 E-Mails, 150 Telefonate über Handy und Festnetz, drei bis vier Meetings pro Tag, ein bis zwei Auslandreisen pro Monat, generell immer erreichbar, immer verfügbar. Die Arbeitsplatzbeschreibung eines Spitzenmanagers? - Nein, der ganz normale Alltag von vielen.

Können wir das aushalten, oder ist Burnout vorprogrammiert? Manchmal haben Ärzte, Psychotherapeuten, Supervisoren und Coaches, die mit diesen Menschen arbeiten, keine andere Möglichkeit, als zum **Rückzug** zu raten.

Die tägliche **Überforderung**, die **Reizüberflutung** ist derart stark, dass viele der Betroffenen auch in der Freizeit ständig Stress, Lärm und Action brauchen. Eine neue Generation - oder die Ausgebrannten von morgen. Diese Selektion ist gnadenlos.

Die **Burnout** Falle droht in **jedem Beruf**.

Besonders gefährdet sind Menschen in der zweiten Lebenshälfte bzw. Angehörige helfender und pflegender Berufe, Lehrkräfte sowie Personen, welche ihr Selbstwertgefühl hauptsächlich über ihre Leistungen (für den Arbeitgeber, die Vereinigung, die Familie usw.) definieren, Perfektionisten und Menschen mit übersteigertem Harmoniebedürfnis.

Ignoriert wird auch der Wunsch nach Erholung, nach Ge-

selligkeit, Intimität oder nach Zeit für sich selbst.

Folgen sind Rückzug, Regression, Krankenstand, Erholungsaufenthalt, Kur oder längere Auszeit, die man sich nehmen **muss**.

Und das ist es, was das Unbewusste für uns tun will:

wir sollen **zurückgehen**, weg vom Stress, weg von der uns selber aufgebürdeten **Überbelastung**, weg vom hohen **Leistungsniveau**.

Es gibt allerdings kein allgemein gültiges „Rezept“, um Burnout zu bekämpfen. Aber eine Unterstützung des Betroffenen, Gespräche, medizinische oder psychologische Hilfe sind von großer Bedeutung.

"Nur wir selber sein dürfen. Nur uns selber erlauben zu sein, das kann uns retten."



Abb. <http://www.saiaonline.com>

^ Komponenten des Wellbeing

"Wellbeing"

Das britische Henley-Institut (www.henleycentre.com) hat eine weltweite Untersuchung über die „persönlichen Strategien des Well-Being“ gemacht. Das Institut beschreibt dabei folgende Grund-Typologien von Menschen, die nach mehr Wohlfühlen und Lebenszufriedenheit suchen:

.Die Introvertierten – 25 Prozent

Diese Menschen suchen Kultur und Innerlichkeit, wenn sie in eine Krise oder in Stress geraten. Sie wenden sich dem Buch, der Musik oder der Kunst zu, unternehmen Spaziergänge oder ausgedehnte Reisen.

.Kleine Sünder – 22 Prozent

Diese Gruppe fühlt sich gestresst und oftmals überfordert und nicht im Besitz von echter Zeit-Souveränität. Um Entspannung zu finden, konsumieren sie verstärkt Kaffee, Zigaretten oder Alkohol, hauen sich vor den Fernseher oder machen unruhige Ausflüge aufs Land.

.Extrovertierte Glückssucher – 22 Prozent

Diese sehr junge Gruppe – 40 Prozent sind unter 35 – reagieren auf Krisen und Unwohlgefühle mit verstärkter sozialer Aktivität. Sie unternehmen bewusst etwas mit der Familie oder mit Freunden, zelebrieren Geburtstage oder andere Festivitäten. Yoga, Massage, Sport und Fitness-Aktivitäten gehören zum Repertoire.

*.Die Medikamentösen – **14 Prozent***

Diese Gruppe sieht ihre Wellness-Probleme vor allem unter dem medizinischen Aspekt. Zwei Drittel sind über 45. Sie leiden unter Einsamkeit- und Altersangstgefühlen, Müdigkeit und Alltagsfrust und neigen zu funktionellen Lebensmitteln oder medikamentöser Behandlung, wodurch sie sich eine Zeitlang wieder „well“ fühlen.

*.Selfness-Profis – **9 Prozent***

Sie glauben an gesundes Essen, bewusste Lebensführung und haben eine grundlegende „Simplify“-Lebenshaltung. Sie leben souverän ausbalancierend und managen ihr Leben so geschickt, so dass genügend „Quality Time“ für Entspannung, Sport und Familie oder ernsthafte soziale Beziehungen bleibt.

*.Die Religiösen – **8 Prozent***

Diese Menschen suchen im Krisenfall Gott, und sie vertrauen ihr Unglück höheren Mächten an.

Auch aus dieser Studie lässt sich erkennen, dass wir uns vom Wesentlichen abzulenken versuchen und die Ursache fast bewusst verdrängen.

Viele entspannen sich in der Natur und können sich mit dieser Methode selbst finden, aber was tun, wenn die nächste grüne Wiese 10 km entfernt ist? Oder wenn man sich in der sozialen Welt nicht wohlfühlt und Kommunikation Stress auslöst? Oder man überhaupt keine Zeit hat über seinen Stress und sein Unwohlsein nachzudenken?

Aber mal ehrlich , wer hat Zeit täglich eine Stunde lang zu meditieren; abgesehen davon sollte man zuerst in diese Praktik eingeschult werden.

Man sagt, dass uns Rituale im Leben Ordnung und Ruhe verschaffen können und wenn man sich auf den Rhythmus der Rituale einläßt , fängt man zu spüren, wie wichtig es ist Zeit für wesentliche Dinge zu haben.

Erst in der Einsamkeit beginnt man, in **sich hineinzuhören** und sich den eigenen Dämonen zu stellen.

Das ist die Methodik der Mönche in ihrem Leben.

Sie **streben** nach **tiefer Eintracht** mit sich und ihrer Umwelt. Aus ihrem Leben kann man vielleicht viel lernen, wenn man bereit ist, sich einige Regeln des Klosterlebens anzueignen.



03 **Leben im Kloster**

03.1 **Das heutige Klosterhotel**

Klöster im frühen Mittelalter waren Kulturzentren, in ihnen wurde gebetet und gearbeitet, studiert und gelehrt, wurde gepredigt und geschrieben. Heute werden Klöster häufig aufgesucht, um dort mehr zu sich und seinen Wurzeln zu kommen, um sein Leben neu in den Blick zu nehmen oder zu ordnen, um Gott wieder zu entdecken oder um Glaubenserfahrungen in einer religiösen Gemeinschaft machen zu können.

Uralte Abteien öffnen heutzutage ihre Pforten. Egal ob Mann oder Frau, alt oder jung, gläubig oder nicht; das ist egal, die Pforten vieler Klöster stehen heute allen Interessierten offen. Darunter sind berühmte und prachtvolle Anlagen, oft weit über 1000 Jahre alt. Jedoch die Angebote unterscheiden sich je nach Kloster und Orden stark voneinander und reichen von "Kloster auf Zeit", Tagen der Stille, geistlichen Übungen, über Fastenkurse, Exerzitien, Meditation, Mitarbeit im Kloster, Teilnahme an Gebeten, Ritualen und Gesängen bis hin zu Wellness, Seminaren usw.

Immer mehr Menschen entdecken die Klöster als *kraftvolle Orte spirituellen und kulturellen Lebens*. Aber das Leben hinter den dicken Klostermauern liegt oft im Verborgenen.

Auch Klosteranlagen haben im Laufe der Jahre die wirtschaftliche Komponente erkannt und versuchen, durch zusätzliche Aktivitäten und Angebote den Gästen den Aufenthalt so gemütlich wie möglich zu gestalten.

Wie einige Beispiele zeigen, versuchen die Herbergen, die Heimat in ihren Räumen wiederzuspiegeln, damit den Gästen ein Rundum- Wohlfühl vermittelt wird.

So lautet derzeit ein **Werbetext** eines Klosters:

Nachmittags im Klosterhof ein Spaziergang durchs Mittelalter. Abends ein Streifzug durch die französische Küche der Gegenwart. Nachtquartier nach Wunsch mediterran oder asiatisch, im Ethno- oder schlichten Shaker-Stil. Trotz dieser Vielfalt ist das Kloster ein Ort innerer Einkehr. Vor 1250 Jahren wurde hier eine Benediktinerabtei gegründet. Heute spielt das Hotel im historischen Mauerwerk mit den gestalterischen Konzepten der Moderne, zitiert fromme Vorgaben, interpretiert sinnliche Formen und verspricht Zuflucht für gestresste Seelen. Gott sei Dank kann man ruhig ausschlafen. Ein Dinkelkissen im Nacken und Lavendel unterm Laken wirken Wunder.



© Reto Guntli



Abb. <http://www.lifepic.de/pressemitteilungen/kloster-hornbach/boxid-55340.html>

^ Blicke in ein heutiges Klosterzimmer für Gäste

Ich frage mich nur, wo hier wirklich der Ort der Besinnung sein soll. Kann ich nicht einen Spaziergang am Fluss meines Wohnortes machen, im schicken französischen Lokal um die Ecke essen, meine Wohnung im Ethno- oder schlichtem Shaker-Stil einrichten, um mich vom Alltag fallen zu lassen und mich geborgen fühlen zu können?

All diese Inszenierungen im Kloster geben den Gästen zwar die Möglichkeit, hinter dem Gemäuern "sich selbst zu finden, jedoch ist der Zweck nicht mehr genau eingegrenzt. Man benötigt tatkräftige Hilfe, sich nicht von der Außenwelt ablenken zu lassen. Wie soll man bei dieser Anzahl von Programmen Zeit zum Meditieren finden?

Ich möchte in ein **Kloster**, um mich selbst zu heilen und mich wieder in meiner Mitte zu fühlen, frei von gestressten und negativen Gedanken, rein und frei mich meiner eigenen Welt offenbaren und somit der Aussenwelt **resistent** und **kraftvoll** entgegen wirken.

So genussvoll auch das Klosterleben sein kann, der Geist der Benediktiner steht ganz im Zeichen davon, sich allem Weltlichen und Prunkvollen zu trennen und steht somit dem heutigen Streben nach Materiellem und Luxus entgegen. Beim Recherchieren über Wellness und Kloster bin ich auf Sätze wie "Balsam für die Seele", „Wellness für die Seele“, oder aber auch „die Seele baumeln lassen“ gestoßen. Viele Schlagwörter, die rein zum *Well-being* gehören.

Einen einleitenden Absatz habe ich gefunden, der anschaulich und in schönen Worten zusammenfasst, was man sich vom **Einsamsein** erwartet:

„Irgendwann kommt der Moment - der Moment: Ich lege das Buch zur Seite und gehe ans Fenster. Draußen ist nichts Besonderes zu sehen. Nur Wetter. Mal irrlichtert die Sonne durch den kalten Wintertag, mal macht der Regen die kahlen Bäume glänzen, mal lässt dichtes Schneetreiben die Welt jenseits des Hotelfensters aussehen wie das Innere eines Kopfkissens. Ich stehe und schaue zu. Manchmal nur für Minuten. Manchmal vergesse ich die Zeit und kehre erst bei einbrechender Dämmerung zu meinem Buch zurück. Oder gehe hinaus für ein paar Schritte durch den Wald. Oder ziehe den viel zu kleinen Leihbademantel an und be-gebe mich auf den viel zu kleinen Leihbadelatschen ins Schwimmbad. Manchmal krieche ich einfach ins Bett und schlafe noch ein bisschen.

Was diesen Moment so besonders macht?

Das völlige **Fehlen alles Besonderen**: der besonderen Hektik, des besonderen Ärgers, des besonderen Zeitdrucks - all der Dramen, die uns durch den Alltag treiben. Ein Hotelzimmer, in dem wir uns wohlfühlen, bringt eine Seite in uns zum Vorschein, die sich nur zeigt, wenn wir das wirkliche Leben "schwänzen".



Abb. <http://www.aeol.at/Bilder/Klosterzelle.jpg>

03.2 Lernen vom Klosterleben

03.2.1 Der Tagesrythmus- ora et labora

Viele Gäste sind vom Tagesablauf des Mönches beeindruckt. Wenn sie sich auf diesen Rhythmus einlassen, spüren sie plötzlich, dass er auch ihnen guttut und dass er sie wach hält. Sie finden plötzlich ausreichend **Zeit** für das Gebet, für die **Stille**, zum **Wandern**, zum **Lesen**, für die Mahlzeiten.

Wert legen die Benediktiner zum Beispiel auf *discretio*, das Einhalten des rechten Maßes, das weise Leben in der rechten Mitte, ohne zu viel oder zu wenig.

Der hl. Benedikt (hat in seiner Regel) die Tagesordnung sehr genau beschrieben. Den Morgen ist für das Gebet und die Lesung vorgesehen. Am Vormittag läßt er die Mönche arbeiten. Doch auch die Arbeit wird vom Gebet unterbrochen. Am Mittag gönnt der Mönch sich eine Mittagspause mit kurzem Mittagsschlaf. Der Nachmittag ist wieder für die Arbeit vorgesehen. Mit dem Abendlob beginnt der Abend. Zunächst kommt das Abendessen und danach ist die Zeit für die Besinnung und dem Gebet gewidmet. Der geregelte Ablauf gibt dem spirituellen Leben eine **Stütze**.

Sich Grenzen zu setzen, wann welche Tätigkeiten erledigt werden, bewahrt Menschen vor Erschöpfung. Der Alltag wird durch den Rythmus gut und leicht bewältigt; und wer kennt es nicht, wenn Mails, Faxe, Telefonate, Termine, Besprechungen und Post gleichzeitig auf einen einprasseln. Viele Dinge können durch die Hektik verloren gehen und man verliert das Wichtigste aus den Augen.

03.2.2 **Stabilität und Ritual**

Die Mönche geloben in ihrem Prozess „stabilitas“, eine Stabilität, welche heutzutage eher Flexibilität oder Mobilität bedeutet. Die moderne Psychologie sagt, dass die zunehmenden Depressionen auch ein Hilfeschrei der Seele gegen zu große Veränderungen sind. Ganz offensichtlich brauchen die Menschen Halt und Wurzeln, um gesund zu sein.

Stabilität kann nach Benediktinischer Regel auch als Fähigkeit verstanden werden, zu sich selbst zu stehen, für sich einzustehen, Stehvermögen zu entwickeln, wenn alles um einen herum schwankt und sie bedeutet, es bei sich selbst auszuhalten und auszuharren, wenn es in mir selbst schwierig wird und ich am liebsten vor mir davonlaufen möchte. In den Zellen gelangten die Mönche näher zu Gott und konnten somit auch ihre eigene Mitte besser finden.

Die Mönche widmen sich zudem den Ritual, um Gefühle äussern zu können und jedem Einzelnen Gefühl Würde vermitteln zu können; **Schutzraum** seines **Innersten** und Heimat zugleich ist. Rituale können den Menschen **Halt geben**.

Ein **Ritual** ist eine nach vorgegebenen Regeln ablaufende, meist formelle und oft feierlich-festliche Handlung mit hohem Symbolgehalt. Sie wird häufig von bestimmten Wortformeln und festgelegten Gesten begleitet und kann sowohl religiöser als auch weltlicher Art sein. Indem Rituale auf vorgefertigte Handlungsabläufe und altbekannte Symbole zurückgreifen, vermitteln sie Halt und Orientierung.

Auf diese Weise erleichtern Rituale den Umgang mit der Welt, das Treffen von Entscheidungen und die Kommunikation.

Der hl. Benedikt sieht zum Beispiel täglich drei Stunden Meditation vor. Heutzutage verbringen Mönche aber nur mehr eine Stunde bei der Meditation. Es geht um das Verweilen an sich, sich von der Hektik der Außenwelt abzuschotten. Wie bereits erwähnt ist Meditation zwar keine Kunst, aber man muss sie trotzdem erlernen. Das alles geht nicht von heute auf morgen. Mit wenig Übung kann man sich nach einer Weile ohne Probleme in sich zurückziehen, aber man darf die Geduld nicht verlieren. Wichtig ist es jedoch beim Beginn der Meditationsphase einen Ort zu besitzen, an dem man ungestört und für sich alleine sein kann. Mönche ziehen sich in ihre **Zellen** zurück, um an ihrem Ort der Ruhe zu meditieren.



Abb. <http://www.schulbilder.org/schweigen-t13372.jpg>

Das Schweigen selbst ist für die Mönche eine wichtige Übung. Das Kloster ist ein **Raum der Stille**, in dessen Gänge die Mönche nicht sprechen.

Vom Nachtgebet bis nach dem Frühstück ist die Zeit des großen Schweigens, die nur in Ausnahmefällen durchbrochen werden darf. Das Schweigen hat eine spirituelle Aufgabe, denn es konfrontiert uns mit der eigenen Wahrheit; hier erscheinen uns unsere Gedanken und Leidenschaften. Im Schweigen wollten die Mönche eins mit Gott werden, aber sie haben festgestellt, dass Schweigen sie erstmal mit sich **selbst konfrontiert**. Sobald sie allein in ihren Zel-

len saßen, tauchten Gedanken und Gefühle auf, Bedürfnisse und Leidenschaften meldeten sich zu Wort. So bestand ein großer Teil der Arbeit darin, sich ihrer Emotionen und Leidenschaften bewusst zu werden und mit ihnen zu **kämpfen**. Deshalb verbrachten auch sie eine lange Zeit in Einsamkeit und Schweigen, um mit ihren Emotionen umgehen zu können.

Es führt zu ehrlicher und nackter **Selbsterkenntnis**.

Auch lesen kann eine Art von Meditation sein. Wir tauchen zwar nicht in unser Innerstes, aber in beiden Fällen konzentrieren wir uns auf etwas Bestimmtes und schotten uns von der Welt ab. Denn oft werden unsere eigenen Gefühle durch das Zusammensein mit Anderen aufgewühlt und die negativen Emotionen vermischen sich mit unseren. Eine **innere Ordnung** kann uns daher sehr hilfreich sein, damit wir ganz selbst bleiben können und unsere Selbsterkenntnis wahrnehmen. Genau dieser Ansatz wird auch der **Wellness – Selfness – Bewegung**

in Zukunft vorausgesagt. Man muss anfangen, selbst an sich zu arbeiten und nicht arbeiten zu lassen.

Unter dem Motto:

"Die Menschen werden nicht an dem Tag geboren, an dem ihre Mutter sie zur Welt bringt, sondern wenn das Leben sie zwingt, sich selbst zur Welt zu bringen."

(Gabriel García Márquez)

03.2.3 **Wie das klösterliche Leben den Gebäudebestand bestimmt**

Klöster wurden meistens auf einem **Berg**, umgeben von einer herrlichen Landschaft errichtet.

Die ersten Mönche waren Eremiten, die sich in die Wüste **zurückgezogen** haben um sich vollständig dem Gebet zu widmen. Sie wählten **Feldhöhlen** oder Gräber, in denen sie sich oft einmauern ließen und von Anhängern mit Nahrung versorgt wurden. Die Klöster wuchsen im Laufe der Jahre an und konnten sich sogar selbst versorgen. Sie machten das Land urbar und waren prägend mit ihren Anlagen die Architektur, besonders in der Romanik und der Gotik.

Mit den Klosterreformen des Mittelalters, aber auch der Gründung neuer Orden, differenzierten sich die Anforderungen an die klösterlichen Anlagen. So entwickelte im Laufe der Zeit jeder Orden und sogar jedes Kloster seine eigenen architektonischen Eigenheiten.

Nehme man das Kloster Cluny her, um Näheres zu verbildlichen:

Durch das Wachsen der Gemeinschaft kamen Konversen, die den Brüdern dienten. Ihre Aufgabe bestand in der Verrichtung der zur Versorgung des Klosters anfallenden Arbeiten. Ihr Tagesablauf folgte eigenen, weniger vom Gottesdienst bestimmten Regeln.

Aus diesem Grund wurden für die Konversen auch eigene Räumlichkeiten, komplett mit Dormitorium, Refektorium und Latrinen nötig. Mönche und Konversen sollten sich gegenseitig in ihrem Tagesablauf möglichst nicht stören.

Im **Grundriss** sind folgende Gebäude zu erkennen:

schwarz:

Kirche Cluny III und Reste der alten Kirche Cluny II;

dunkelblau: Mönchsküche (MK), Laienküche (LK), Bäckerei (B), Lagerraum (Lg) und Refektorium (R);

hellblau: Kapitelsaal (K), Sprechraum (S), Mönchssall (M); über diesen Räumen das Dormitorium;

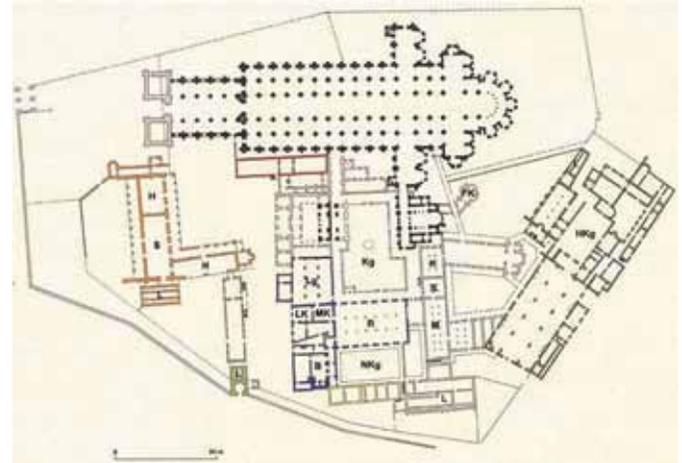
dunkelgrün: Hospital mit eigenem Kreuzgang (HKg);

hellgrün: Konversentrakt; rot: Räume für hochgestellte Gäste;

orange: Herberge (H) mit Stallungen (S);

gelb: Noviziat mit Kreuzgang (NKg);

weiß: Hauptkruzgang (Kg), Latrinen, Friedhofskapelle (FK).



^ Grundriss: Kirche Cluny



Abb. <http://static.panoramio.com/photos/original/1214674.jpg>

Die Klöster der **Zisterzienser**

So verschieden die geistlichen Orden waren, die im Laufe des Mittelalters neben den Benediktinern gegründet wurden, so verschieden war auch die Art, in der ihre Mitglieder neue Klöster errichteten. Noch recht nah an der Grundform des christlichen Klosters liegen die Bauten der Zisterzienser. Auffällig an den Klöstern der Zisterzienser ist zunächst einmal, dass ihre Kirchen, wie auch die Kirchen der Bettelorden, keine Türme haben. Bei näherem Hinsehen wird jedoch deutlich, dass es sich bei den Klöstern der Zisterzienser um regelrechte Doppelanlagen handelt, in denen Mönche und Konversen jeweils einen eigenen Flügel der Klausur bewohnen. Sie betreten die Kirche sogar durch getrennte Eingänge.

Zisterzienser errichteten ihre Klöster in öden Sumpfgeländen und in betont schlichter und strikt funktionaler Bauweise. Die Lage wurde sogar in einer Bauvorschrift festgehalten. Daher sollte eine Neugründung bevorzugt in einem abgeschiedenen Tal, fern jeder Siedlung an einem Bachlauf vor sich gehen. Der zisterziensische Idealplan ähnelt sehr dem Benediktinischen, sie alle sind im Grundriss streng und klar gegliedert und wenn möglich vom rechten Winkel geprägt. Die Gebäuden waren meist nur zweigeschossig, da die Kirche in ihrer Größe einen gewissen Vorrang hatte.

So lag meistens im Norden die Anlage und nach Osten ausgerichtet die Kirche. An der **Ostseite** befand sich der **Kreuzgang**, wobei von hier aus die **Bibliothek**, die **Sakristei**, dann der **Kapitelsaal**, die Dormitoriumstreppe, das **Auditorium**, der **Mönchsaal**, das **Noviziat** und die Mönchslatrinen erreichbar waren.

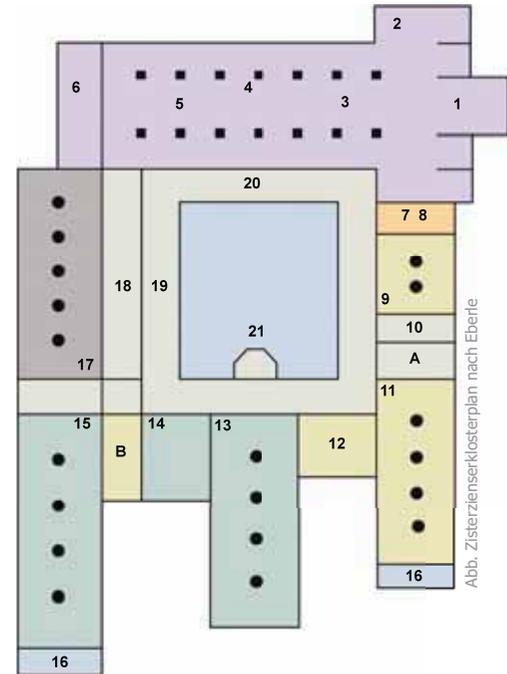
Im Obergeschoß war das Dormitorium, d.h. der auch Schlafsaal der Mönche untergebracht.

Im **Südtrakt** lagen der **Wärmeraum**, das **Refektorium** (Speisesaal) und die **Küche**. Der **westliche** Trakt war den Laienbrüdern vorbehalten. Auch sie hatten ein Refektorium und Latrinen und zusätzlich wurden hier im Westen auch **Lagerräume** angelegt.

Im Obergeschoß befanden sich die Laienbrüder-Schlafstellen. Damals war es den Laien untersagt, den Mönchstrakt zu betreten. Für die Nachtstunden hatte man eine eigene Treppe von den Schlafräumen zur Kirche gebaut, um so leichter zu dem um eins oder zwei Uhr stattfindenden Frügottestdienst zu gelangen. Gelesen wurde im sogenannten Mandatum, das meist steinerene Bänke besaß und sich im Teil des Kreuzanges im Norden befand. Der Mönchraum wurde auch als Schlafstätte herangezogen, wenn Bedarf bestand.

Außerhalb des Schemas lagen im Osten der Anlage das Krankenhaus und im Westen die Herbergen und die Wirtschaftsgebäude.

- 1 Sanktuarium oder Presbyterium
- 2 Totenpforte zum Friedhof
- 3 Mönchstor
- 4 Lettner
- 5 Konversenchor
- 6 Vorhalle
- 7 Sakristei
- 8 Bücherkammer
- 9 Kapitelsaal
- 10 Treppen zum Mönchdormitorium
- 11 Mönchsaal
- 12 Wärmestube
- 13 Mönchrefektorium
- 14 Küche
- 15 Konversen oder Laienrefektorium
- 16 Latrinen
- 17 Vorratskeller
- 18 Konversengasse
- 19 Kreuzgang
- 20 Mandatum (Lesegang)
- 21 Brunnenhaus



^ zisterziensische Idealplan

Die Kartäuserklöster

– Gemeinschaften von Einsiedlern

Die Klöster der Kartäuser sind hingegen völlig anders aufgebaut. Jeder Mönch bewohnt hier, quasi als Einsiedler, ein eigenes kleines Haus mit Garten. Die Häuser sind rund um den Kreuzgang angeordnet, der auch als Friedhof dient. Die Kirche ist relativ klein, da die „Klostergemeinschaft“ nur wenige Mitglieder hat. Eine wirkliche klösterliche Gemeinschaft bilden die halb einsiedlerischen Kartäuser, denen das Reden außerhalb des Gebetes strengstens verboten ist, nicht.



Abb. <http://www.gloriontour.ch/images/p1020072.jpg>



<http://de.academic.ru/pictures/dewiki/98/bibliothek-hzb.jpg>

Ansicht einer Klosterbibliothek

^

03.2.4 Bauliche Gebräuche

Bevor die Mönche zu den Mahlzeiten gingen, wuschen sie sich im **Brunnenhaus** die Hände. Auch den Gästen wurde, bevor sie das Kloster betraten, die Füße gewaschen, denn wie Jesus sagte: „Wenn ich dir nicht die Füße wasche, hast du keinen Anteil an mir.“

Im **Kapitelsaal** versammeln sich die Mönche zu offiziellen Beratungen in den Angelegenheiten, die alle betreffen. Außerdem finden hier regelmäßig geistliche Unterweisungen durch den Abt statt, in denen er seine Mitbrüder auf dem Weg der Gottsuche erhält. Hier werden die neuen Brüder als Novizen eingekleidet, und hier legen sie auch die zeitliche Profess ab. Am Ort des Beginns ihres Klosterlebens werden die Verstorbenen bis zum Tag ihrer Beisetzung aufgebahrt.

Wichtig für das Leben im Kloster ist die **Bibliothek**, die den Mönchen hilft, geistig und geistlich beweglich zu bleiben.

Diese Haupträume des Klosters sind im **Quadrum** angeordnet, das heißt im Viereck südlich der Kirche um einen **kleinen Garten**, Kreuzgarten genannt.

Die Mönche wohnen in den so genannten **Zellen** - einfache, schlichte Wohnräume. Sie enthalten die notwendigen Einrichtungsgegenstände und dienen auch als Raum für die geistige Arbeit.

Um dieses Zentrum gruppieren sich die für alle Arbeiten wichtigen Gebäude.



03.2.5 Kreuzgänge

Mitteralterliche Klosterarchitektur ist wohl kaum ohne Kreuzgang vorstellbar. Man kann annehmen, dass er nach der Kirche das wichtigste Element der Klosteranlage bildet.

Das Kloster als Ganzes ist programmatisch fixiert, ist sozusagen Programmkunst. Ganz anders hingegen der Kreuzgang. Ein wettergeschützter Weg in Form von gedeckten Laufgängen und ein ökonomisch zeitsparendes Wegsystem, welches jedoch nicht in der Regel des Hl. Benedikt enthalten war.

Die Verlegung der Verbindungswege nach draußen in den Freiraum des Hofes entspringt vielleicht südlichen, mediterranen Vorstellungen und war wohl eine architektonische Bereicherung. Nachdem es für diesen Raum keine Regel gab, gab es hier die Möglichkeit für freie Gestaltung. Er bekam immer mehr Funktionen, da sich durch die größtmögliche Abschirmung nach außen, der Ruf laut wurde, einen außerhalb der Räumlichkeiten gelegenen freien Bewegungs- und Aufenthaltsraum für die in gewissermaßen eingeschlossenen Mönche zu schaffen.

Der Kreuzgang verkörpert meist mehr Lebens- als Architekturform. Im Allgemeinen wurde der Hof quadratisch angeordnet, aber die Praxis zeigt, dass der Kreuzgang nicht nur dem Vorbild des Quadrates folgte, sondern sich auch an die Topografie anpasste und so oft als Rechteck gebaut wurde.

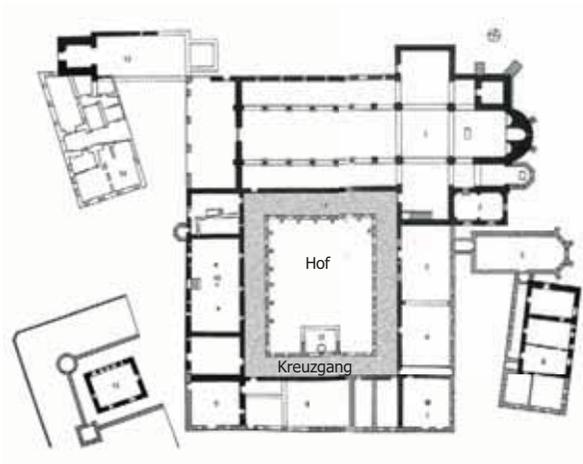


Abb. Alpirsbach, ehem. Kloster, Grundriss

Hof und Kreuzgangsgalerie

Die eigentliche Kreuzgangarchitektur entstand mit der Gruppierung der wichtigen Konventsbauten um einen zentralen Innenhof - ein sogenannter klösterlicher Binnenraum. Der Kreuzgang wird gebildet aus vier Galerien, die sich mit jeweils einer Seite an den Hof (mit fortlaufenden System von Öffnungen) und entgegengesetzt an die Konventswand lehnt.

Ein besonderes Motiv stellt auch die Bank dar, die Hof und Gang voneinander trennt. Der Kreuzgang beinhaltet alle wichtigen Aufgaben wie Weg-Architektur, Verteilersystem, Aufenthaltsraum und Wetterschutz. Keine wichtigen Tätigkeiten wurden zum Beispiel im Hof selbst abgehalten.

In diesem Erschließungssystem „Kreuzgang“ offenbart sich architektonisch der Lebensrhythmus des Klosterlebens. Er ist auch Aufenthaltsarchitektur, da zeitlich festgelegte Verweilzeiten zum Tagesablauf gehören.

Der Kreuzgang ist Ausdruck der Gratwanderung des Mönches, der sich zwischen dem Diesseits und Jenseits, zwischen Dunkelheit und Licht bewegt. Im Regelfall wird daher ein Gleichgewicht zwischen halb offen, halb geschlossen, teils dunkel und teils hell angestrebt.

Eine frei Zirkulation zwischen den Trakten ist nicht festgelegt und es fällt auf, dass die Zugänge zu den Gebäuden auf ein extremes Minimum beschränkt sind. Zum Hof gelangt man nur über einen Zutritt.



Abb. http://de.academic.ru/pictures/de/wiki/83/St_Genis_Kreuzgang_3.JPG

>

Beispiel eines Kreuzganges

^



Abb. <http://www.flickr.com/photos/electricputty/3480037502/in/photostream/>

^ Doninikanerkloster La Tourette

03.3 Moderne Klöster

Da die Aufgabe eines Klosterbaues in unserer Zeit sehr selten gestellt wird, gibt es auch nur wenig anerkannte Beispiele, die völlig neu geschaffen wurden.

Da wäre das Dominikanerkloster La Tourette in Eveux sur Lârbresle bei Lyon von Le Corbusier.

Er nahm den steilen Westhang der Anhöhe La Tourette als gegeben und staffelte den Bau kompakt auf drei Ebenen: Kirche, Kreuzgang, Refektorium und Kapitelsaal im Erdgeschoss; Schlaf- und Arbeitszellen der Mönche, den Ordensregeln entsprechend in Zellen für Kranke, Gäste, Laienbrüder und Priester aufgeteilt.

Im Obergeschoss (dazwischen schob er ein Mittelgeschoss, in dem sich Studienräume, Hörsäle, Gemeinschaftsräume für die Laienbrüder und Patres und die Bibliothek befinden) eine kleine Kapelle im Geviert des Innenhofs dient als Oratorium.

Groß, abgeschlossen, wie ein Kasten, ruht daneben die Kirche im Hang. Das Baumaterial, nackter Beton, bringt leichte, klare Wirkung zustande; der Architekt plante sein Werk quasi von oben, die Zellentrakte lagern gleichmäßig und massiv auf den unteren Geschossen; das Erdgeschoss wird zum Teil durch freistehende Pfeiler abgestützt.

Die Besonderheit des Klosters La Tourette besteht darin, dass ein Material wie Beton, sonst für Fabriken und Hochhäuser benutzt, nicht kalt und starr wirkt, die kräftige Betonung des Obergeschosses nicht drückend, die sparsam verwendete Farbe nicht grell und die wenigen verputzten Flächen nicht aufdringlich.

Abtei Königsmünster (Haus der Stille)

Das Haus der Stille ist nach einer Klostererweiterung in den 1980er Jahren Peter Kulkas zweites Projekt für die Benediktiner in Meschede. Mit zu der entschiedenen Konzentration der Gestalt beigetragen hat die Bauherrenschaft des damaligen Abtes Stephan.

Ein Ort in der Welt, aber nicht von dieser Welt sollte das neue Gästehaus der Abtei werden. Ein Haus der Einkehr und spirituellen Suche, offen für alle. «Wie ein Urtier liegt das Haus der Stille auf der Apfelwiese. Monumental aus dem eigenen Sein und doch selbstvergessen in sich versunken», sagt Pater Abraham.

Hier in Königsmünster soll jeder Gast einen Platz finden, der sucht oder von der Bahn abgekommen ist. Im Kloster soll er auf Menschen treffen, die sich mit ihm auf die Suche begeben. Wer ins Gästehaus der Benediktiner kommt, der kann gar nicht anders, als in sich hineinzuhören.

Ein Zimmer mit **nacktem Parkettboden**, kahle **Betonwände**, ein Tisch, ein Bett, ein Stuhl.

Nur mit einem einzigartigen schönen **Blick** nach Draußen.

Architekt Peter Kulka sagte zu seinem gewagten:

“Wohnzimmer haben die Gäste zu Hause”



Abb. Keith Collie, Lukas Roth

Haus der Stille ^



Abb. http://www.koenigsmuenster.de/abtei+k%3%b6nigsn%3%b6nster/linkes_menu/haus-der-stille/haus/7oldcat=

Blicke in ein heutiges Gästeklosterzimmer (Haus der Stille) ^

Maria Kloster Trautra

Im Westteil der norwegischen Insel Tautra, in der Nähe eines 1207 gegründeten und aufgehobenen Zisterzienserklosters, gründeten sieben Trappistinnen aus den USA im Jahr 1999 das Mariakloster Tautra. 2005/06 erhielt der Bau eine moderne Klosterkirche durch den Architekten Jan Olav Jensen.

Die Fassade des Klosters zeigt eine moderne Gestaltung mit Fenstern und Glasfronten, wodurch der Bau auch im Inneren hell und aufgeschlossen wirkt.



03.4 **Welche Auswirkungen hat Religion auf die Architektur?**

Bislang waren Gebäuden religiös, wenn sie religiös genutzt wurden und mit religiösen Insignien ausgestattet waren. Im Vordergrund stand die Geisteshaltung, dann erst betrachtete man die Architektur.

Diese Art der Kategorisierung hat sich in unser Denken eingepreßt. Zuerst kam der Vorgang der mentalen Einordnung, dann die Zuordnung als religiöses Bauwerk.

Gerd-Lothar Reschke schrieb bereits 2002 im Ideenjournal einen Artikel über religiöse Architektur.

Der Artikel schilderte Folgendes:

„Eine Neudefinition auf der Grundlage von Wirkung anstatt von Ideologie“

Er hält diesen Ansatz der Kategorisierung und Einordnung für eine Folge der alten Religionen. Wir befinden uns gerade in einer religiösen Umbruchsphase.

Dieser Umbruch beinhaltet auch eine neue Definition. Keine mentale, keine kunst- oder kulturhistorische, sondern eine allgemeine architektonische Definition.

Für ihn ist es religiös, was eine religiöse Wirkung besitzt, und zwar eine authentisch religiöse Wirkung. Demnach kann ein Gebäude unabhängig von einer traditionellen Religion religiös sein, weil es einfach auf seine eigene Art und Weise bereits den Menschen sich selbst näher bringt.

Natürlich gibt es bereits in der alten Religion solche Ansätze, denn unter diesen religiösen Bauwerken kann

man Beispiele nennen wie: die Pyramiden, die Kathedralen, die Keltenschanzen, zahlreiche Moscheen, Zengärten und die buddhistischen Tempel und Stupas. Sie alle haben eine religiöse Wirkung auf die Menschen, aber nicht, weil sie aus architektonisch objektiver Sicht ein solches Bauwerk verkörpern.

Religiosität soll in Zukunft nicht aufs Bauwerk projiziert werden, d.h kein baukastenartiger Schematismus von Kirchturm oder Moschee oder Tempel sein, sondern das Gebäude soll eine objektive Wirkung erzielen. Die Religion soll nicht mehr mental induzieren, sondern für jeden neu und für sich objektiv sein.

Wie soll nun eine solche objektive religiöse Architektur aussehen? Welcher Gebäudetyp kommt in Frage, welche Fassaden, Innenräume, Fenstern und Türen, Gänge und Treppen bringen den Menschen sich selbst näher?

Kreuzgänge wurden damals gebaut, um sich zu besinnen; Wege konnten Ruhe und Ungestörtheit bringen; ablösende Säulen, mittig bzw. konzentrisch angeordneten Deckenmustern gaben den Wegen etwas Beruhigendes.

Weitere Beispiele, wie schon damals Architektur auf die menschliche Seele Einfluss nahm, zeigen uns zum Beispiel die Eingänge zu den Kathedralen. Wer sie durchschreitet und in den großen Innenraum tritt, erfährt eine Weitung in sich. Moscheen sind darauf ausgerichtet, auf Teppichen am Boden zu sitzen bzw. zu knien, während die Decke wie ein großes bergendes, aber lichtdurchflutetes Gewölbe



^ Zen Garten

Abb. http://lh5.ggpht.com/_B93ucPz-ReA/SG-xX2PqBCI/AAAAAAAAABK8/ejSCCU9igJ8/Zen+Garten+-+Kengcho-ji+2.JPG



^ Innenraum einer Moschee

Abb. http://images.suite101.com/353669_de_moschee2.jpg



Abb. <http://www.arbeit-in-spanien.info/lachender-buddha.JPG>

den Praktizierenden schützt und zur inneren Sammlung geleitet. Buddhistische Stupas symbolisieren energetisch eine bestimmte gebündelte, zentrierte Kraft, die der Meditation entspricht. Die Spitze leitet die Kraft nach oben ab und unten stellt das quadratische Fundament eine sichere, im Boden fundierte Verankerung und Konsolidierung dar. All diese genannten Wirkungen funktionieren völlig ohne Worte, und sogar in jeder Kultur.

Daher soll eine neue religiöse Architektur **harmonisch** und inspirierend den Menschen in sich selbst führen und den **Ausgleich** zwischen Körper und Seele schaffen.



Standort Fresach ^

04.1 Standort

Im Zuge der vorangegangenen Projekt-Arbeit ging man auf die Suche nach einem geeigneten Standort. Dabei kam es zu einer interessanten Gegebenheit. In der Gemeinde Fresach wird im Jahre 2011 die „Landes-Ausstellung zum Thema Geheimprotestantismus“ stattfinden. In diesem Zusammenhang könnte die Errichtung eines Hotels in der Nähe des Landesausstellungsareals eine gute wechselseitige Ergänzung sein. Am südlichen Ortsrand der Gemeinde Fresach liegt für diesen Zweck ein wunderschönes, historisch bedeutendes Grundstück zur Verfügung.

Fresach ist eine Aussichtsterrasse des Drautals und liegt auf einem malerischen Hochplateau am sonnenverwöhnten Mirnock. Die sonnige Gegend von Fresach ist uralter Siedlungsboden. Im Steingeröll der Trattlerwände fand man acht Querlochhäxte aus der Bronzezeit. Die Ureinwohner von Kärnten, die Illyrer, lebten bereits hier. Die späteren Kelten sind nachweisbar. Die Römer, die in den ersten nachchristlichen Jahrhunderten den Marmor in Gummern aus dem Steilhang brachten, zogen ihre Straße am sonnseitigen Hang des Tales nach Teurnia hinauf, weil sie die Überschwemmungsgefahr der Drau fürchteten. 590 n. Chr. folgte die Besiedlung durch Slawen und später durch Bayern und Franken.

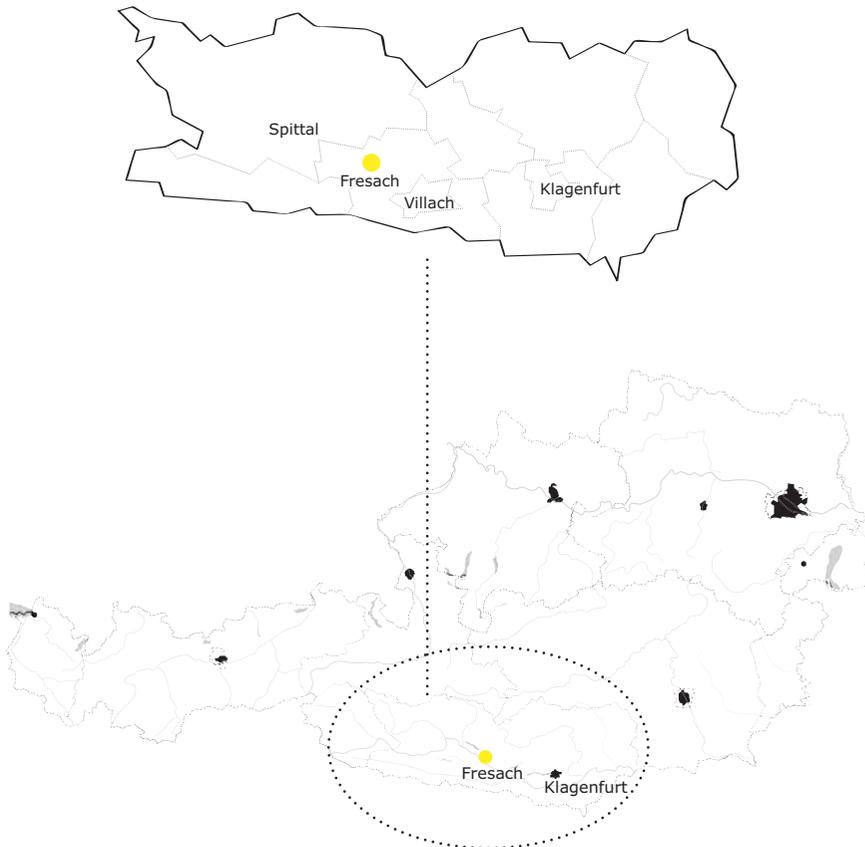






Abb. <http://www.millstaettersee.at/orte/ausflugsziele/natur-und-umgebung/krebsenwandermeile.htm>

- ^ Wanderweg "Krebsenwandermeile"
- < Kraftberg "Mirnock"

Der Name des Ortes leitet sich ab aus dem slowenischen Wort „Breze“, das soviel wie „bei den Rainern“ oder „bei den Birken“ bedeutet.

Es liegt auf 715 Meter Seehöhe im Bezirk Villach-Land in Kärnten. Auf dem 38,8km² großen Gemeindegebiet leben 1.350 Einwohner. Eingegrenzt zwischen unterem Drautal und Gegental bildet im Südwesten der Fluss „Drau“ die Grenze.

In den letzten Jahren wurde viel im Ort in den Ausbau des Wanderns investiert. Dabei konnte der Mirnock in den letzten Jahren als „Kraftberg“ entdeckt werden und soll auch in den nächsten Jahren eine wichtige Rolle in der touristischen Vermarktung spielen. Was bereits in der Vermarktung eine wesentliche Rolle spielt ist die Luft und Wasserqualität. Wasser hat durch den mystischen Hausberg Mirnock und durch die unmittelbare Verknüpfung mit dem Wasserreich Millstatt eine große Bedeutung. Der Tourismus selbst ist nicht sehr ausgeprägt. Sportliche Attraktionen sind einzig das Skilanglaufen im Winter und das Wandern und Mountainbiken im Sommer. Zwar ist durch die Nähe zum Millstättersee das Baden leicht möglich, allerdings profitieren davon mehr die unmittelbaren See-Anrainer-Gemeinden.





Abb. http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/77/Fresach_Di%C3%B6zesanmuseum_Bethaus_12052008_01.jpg

^ Bethaus

< Schwarzsee am Mirnock

Evangelische Geschichte von Fresach

Erste Funde in diesem Gemeindegebiet stammen aus der Bronzezeit. Die Slawen ließen sich um 590 n.Chr. nieder, die Baiern im 8. Jahrhundert. Im 11. Jahrhundert wurden die Grafen von Ortenburg mit dem Gebiet belehnt. Die erste Kirche entstand im folgenden Jahrhundert. 1478 zerstörten die Türken Fresach. Das Gebiet kam unter habsburgische Herrschaft, nachdem die Ortenburger im Jahre 1518 ausgestorben waren. Die Mehrheit der Bevölkerung wurde protestantisch, selbst nach der Gegenreformation, wobei ein Übertritt zur katholischen Kirche erzwungen wurde, blieben viele ihrem Glauben treu. Kaiser Joseph II war mit seinem Toleranzpatent ausschlaggebend dafür, dass in Fresach wieder eine evangelische Pfarre gegründet wurde. Das Toleranzpatent erlaubte den Gläubigen, die sich bei der Herrschaft gemeldet hatten, ein Bethaus und eine Schule zu errichten sowie einen Pastor und einen Lehrer anzustellen. Fresach befindet sich in dem - mit Ausnahme des Burgenlandes - größten protestantischen Wurzelgebiet der evangelischen Kirche Österreichs.

Von der Reformationszeit über den Geheimprotestantismus und der Toleranzzeit zeigt das Evangelische Diözesanmuseum die 400jährige Geschichte des Protestantismus. Diese einzigartige Gedenkstätte der evangelischen Kirche in Österreich befindet sich in der Gemeinde Fresach.



04.2 Bauplatz

Das Grundstück für das geplante Hotel liegt am südlichen Ortsende Fresach, in unmittelbarer Nachbarschaft zum Gelände der Landesausstellung.

Der Achbichl gehört zu den schönsten Orten dieser Gemeinde. Den Namen hat der Hügel von der mächtigen Eiche, die seit Jahrhunderten das Bild dieser Gegend prägt. Man sagt, dass Siedler aus der Umgebung schon vor geraumer Zeit zum Achbichl kamen, um unter der großen Eiche Kraft zu sammeln.

Ein Spaziergang um und auf den Achbichl sollte nicht nur dem Körper, sondern auch dem Geist etwas Gutes tun.

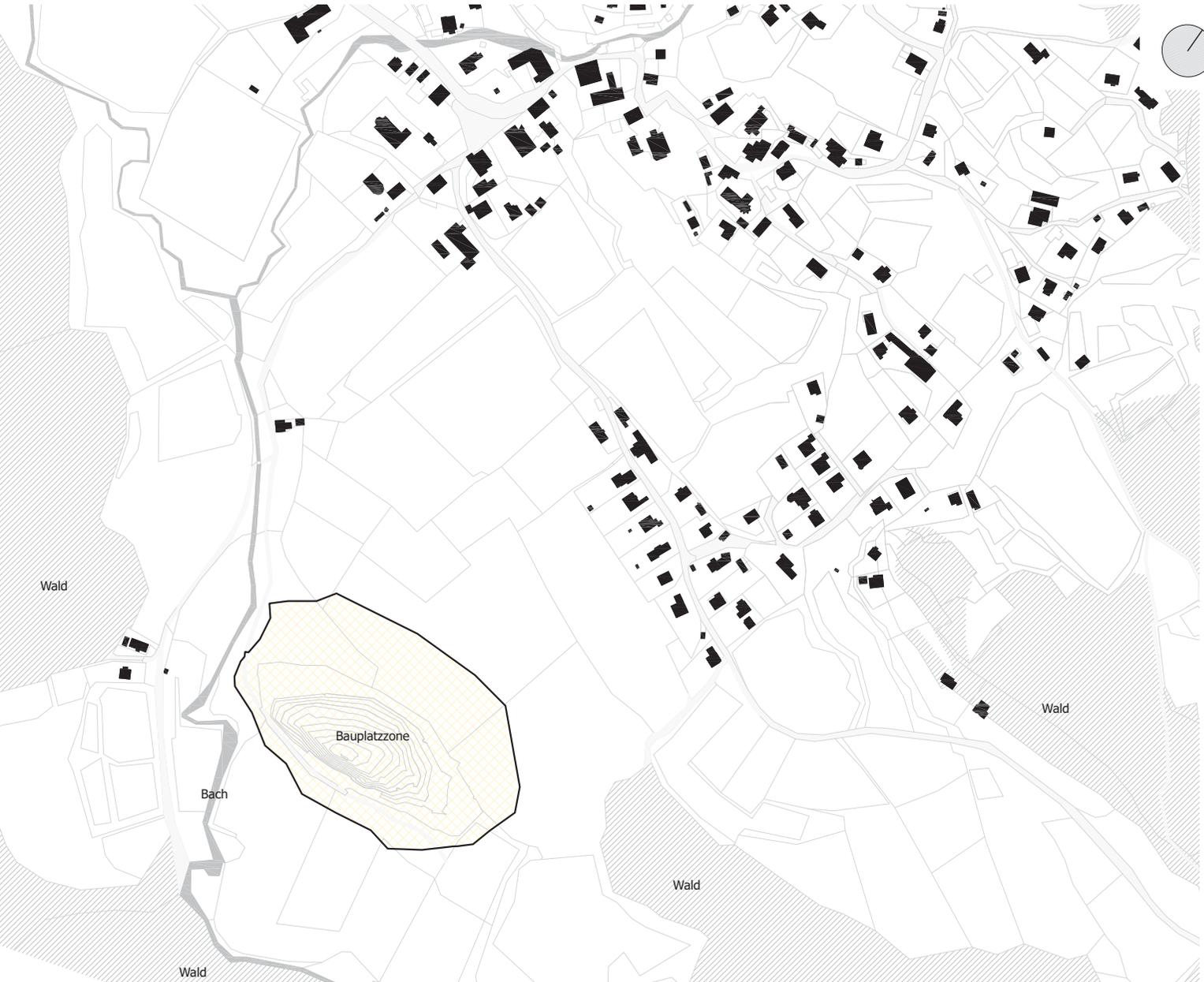
Umliegende **Wiesen**, **Maisfelder** und ein in unmittelbarer Umgebung gelegener **Wald** laden zum Zurücklehnen und Entspannen ein. Zusätzlich schließt ein romantischer **Bach** das Grundstück nach Nordwesten ab. Das Grundstück ist geprägt von einem fantastischen Rundblick auf die umliegenden **Berge** und von einem **Hügel**, der das Grundstück gegen Süden abschließt. Dieser Hügel soll in der keltischen Zeit von großer Bedeutung gewesen sein. Zwischen dem Hügel und der Bebauungen des Ortes liegen ca. 500 Meter. Genau hier gilt es, den geeigneten Platz für das Hotel zu finden und den Hügel in einer intelligenten Weise miteinzubinden.



^ Panorama Achpichl



^ der angrenzende Bach am Achpichi



^ Übersichtsplan 1:5000



< Blick zum Achpichl



< Blick zur Aussichtshöhe am Achpichl

04.3 Projektbeschreibung

Zu Beginn meiner Projektbeschreibung möchte ich zunächst meine Zielgruppe genauer definieren.

Ansprechen möchte ich Workaholics, Menschen mit Burnout und Menschen die sich selbst wieder finden wollen.

Ich habe das Kloster als Grundlage meiner Arbeit herangezogen. Vieles davon was hinter diesen hohen und dicken Mauern spirituell und rituell gelebt wird, zeigt wichtige Ansätze einer in sich ruhenden Lebensweise.

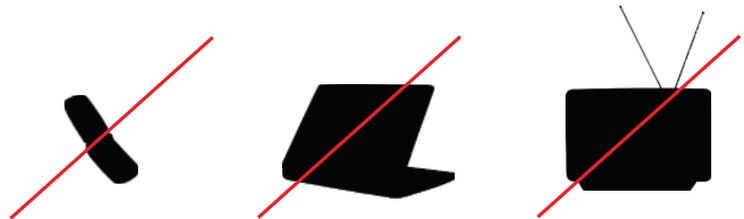
Neue architektonische Wellness Elemente

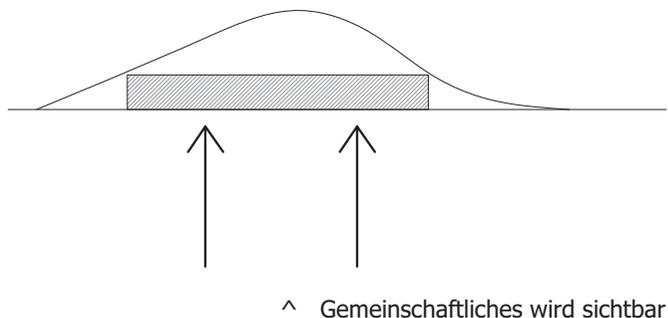
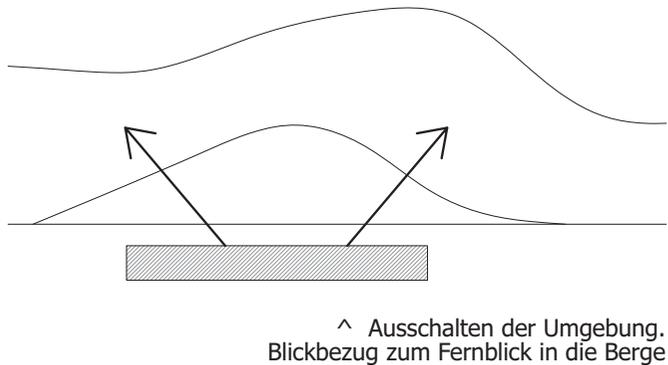
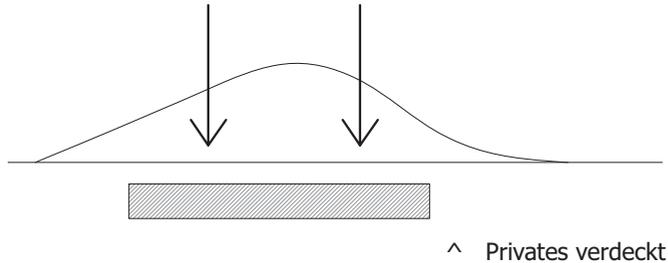
Es sollten vielfältige Elemente vorhanden sein, die auf die Ganzheitlichkeit, also auf Körper, Geist und Seele des Menschen abgestimmt sind und auch (in gewissermaßen) zu einem Wellnesshotel gehören, aber in ihrer Weise neudefiniert werden. Die Devise lautet:

Es heißt **Wellness mit Selfness!** Ein gesunder, ausgewogener Aufenthalt mit Ruhe-, Stille- und Entschleunigungszonen, Saunen, diverse Wasserbecken, Natur, Bewegung und Sport, Meditationen, Seelsorge, Therapien und Spiritualität, all das in schweigender

Einsamkeit -

Ohne **Fernseher, Telefon und Internetanschluss**





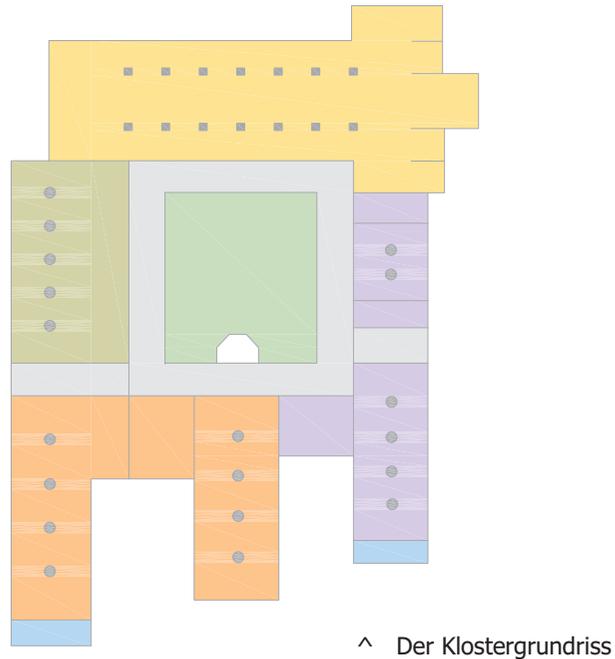
04.4 Konzept

Im Mittelpunkt dieses Projektes soll insbesondere Stille und Ruhe stehen. Ein Bereich ohne Ablenkungen.

Zeit in sich zukehren und sein eigenes Gleichgewicht wieder zu finden. Dieser Rückzug spiegelt sich auch in der architektonischen Ausformulierung wider. Die Architektur zeigt mit ihrer Gestalt den Rythmus der Gäste.

Die Architektur verschwindet, wird von Außen verdeckt und zeigt sich nur im offenen gemeinschaftlichen Bereich. Denn hier begibt man sich wieder in die Gesellschaft - ein Schritt zurück zum realen Leben, sozusagen in die Welt.

Die weitläufige Bergumgebung wird als ruhendes Element in das Gebäude gezogen. Die Landschaft wird ein Teil der Architektur. Menschen sollen die Natur spüren und die Möglichkeit haben, diese ganz für sich allein zu erleben. Man möchte den Gästen die Ruhe für Meditationen bieten, aber wer sich dem Schweigen und dem Alleinsein nicht mehr widmen kann, ist eingeladen, sich in den Gemeinschaftsbereich von Bar/Cafe/Restaurant, aber auch in die Bibiothek zu gesellen oder sich in den Verweilräumen des Kreuzanges oder in den Freiraum "Hügel" zu begeben. Um diese Aspekte des **privaten Rückzuges** und der weltlichen Gemeinschaft besonders hervorzuheben, werden Gemeinschaftsbereiche aus dem Inneren sichtbar; sichtbare Kommunikation, sichtbarer Umgang mit dem eigenem und dem sozialen Leben.



- Kirchenbereich
- Hofbereich, Badebereich
- Gemeinschaftsbereiche
- Lagerbereiche
- Kreuzgang/Zu-Ausgänge
- Sanitär
- Küche, Refektorium

01 Die Anordnung des Grundrisses

Wenn man die Idealpläne eines Kloster heran zieht, werden durch die neuen Funktionen Änderungen nicht zu vermeiden sein, die auch aus energetischen Gründen von nöten sind. Der Grundriss der neuen Anlage wird sich in einigen Punkten an der klösterlichen Anordnung orientieren und versuchen bestimmte wichtige Elemente aufzunehmen.

Im Mittelpunkt eines Kloster stand jeweils der Garten bzw. der Hof, der vom Kreuzgang umschlossen wurde. Dieser Kreuzgang verbindet jeden Trakt und symbolisiert einen gemeinschaftlichen Treffpunkt; man könnte ihn auch als eine Art "Weg" betrachten.

Durch die Grundlage des Klostergrundrisses ergibt sich die **Besonderheit** des **Kreuzganges** als vielschichtiges Funktionselement, der in den Klöstern eine wichtige Rolle einnimmt.

Der Kreuzgang wird als **Projektgrundlage** dienen.

Denn alte erhabene rituelle Strukturen assoziieren Ruhe und Geborgenheit.

Schematische Darstellung

der Bedeutung des Kreuzganges um den Hof



^

meist quadratisch Kreuzgang

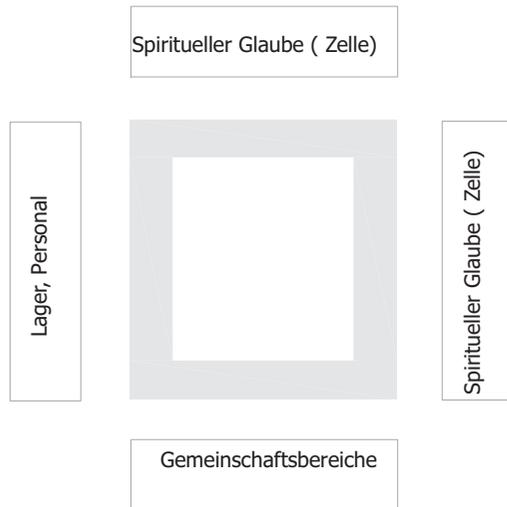


^

der Hof als Mittelpunkt der Anlage,
Konventsbauten umgeben den Kreuzgang



Transformation der alten
Klosterstrukturen



^ Anordnung des Grundrisses

Der Mönchstrakt war räumlich getrennt von denen der Laienbrüder. Es war ihnen untersagt, sich in den Mönchsbereichen aufzuhalten. Als Konsequenz zu diesen räumlichen Strukturen werden die **Lager-** und **Verwaltungsbereiche** im **westlichen** Bereich platziert.

Die Kirche richtete sich immer Richtung Osten und war im Norden der Anlage situiert. In unserem Fall wird es keine Kapelle oder eigenen Kirchentrakt geben. Denn den Glaube wird in diesem Fall nur jeder für sich selbst im stillen Kämmerchen praktizieren. Es liegt daher nahe die **Zellentrakte** im **Norden** und im **Osten** zu platzieren. Ebenfalls richten sich die Ausblicke Richtung Norden und Osten auf die umliegenden Berge und garantieren daher einen einzigartigen Fernblick.

Die Küche und der gemeinschaftliche Speisesaal sind laut Klosterplan im Süden des Areals angeordnet. Auch hier ist die Positionierung der öffentlichen **Gemeinschaftsbereiche**, wie Restaurant, Empfang und Bibliothek, anhand des Grundstückes ideal, da sich im **Süden** der anliegende Bach und der Wald befinden.

Durch das Sichtbarwerden des öffentlichen Traktes im Süden kann dadurch eine direkte Berührung mit der umliegenden Gemeinde vermieden werden.

Wie soll nun die Reise ins Ich genauer strukturiert sein, bei der man sich selbst an seine Grenzen bringt und dabei Geist - Körper- und Seele ins Gleichgewicht rücken kann. *Alleinsein bedeutet nicht, einsam zu sein.*

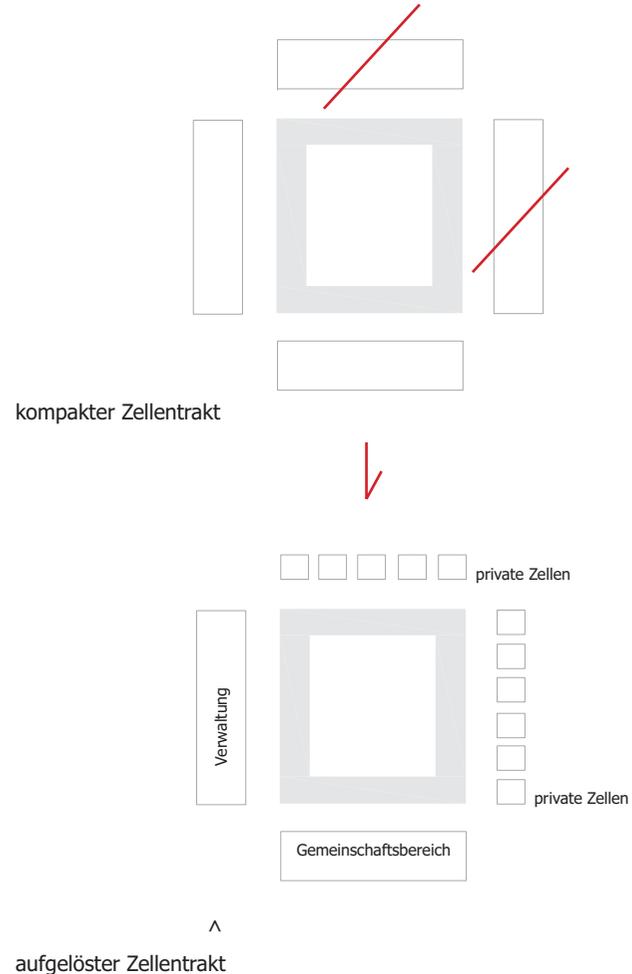
Die Räumlichkeiten der Anlage sollen den Menschen bewußt Zeit geben tief durchzuatmen, ihre Agressionen abzubauen, sich wieder zu stärken, um energiebewusst in das Leben zu treten.

Die Struktur der Hotelzimmern verkörpert die Individuelle Betreuung des sich auf Selbstsuche befindenden Gast und wird aus diesem Grund nicht in Form eines kompakten Gebäudetrakts sondern aufgelöst in einzelnen Zellen realisiert. Nur im Bereich des Öffentlichen und Verwaltungstechnischen wird eine kompakte Anordnung vollzogen.

Wasser sowie Bewegung sind auch im Klöster besondere spirituelle Kräfte und werden in der Planung eine Rolle spielen. Keine Inszenierungen, eine natürliche Begebenheit, keine Wellnessoasen mit viel spektakulären Elementen, sondern puristisch, einfach und still.

Nicht die Architektur soll im Mittelpunkt sein, sondern ihre Gäste und deren Innerstes.

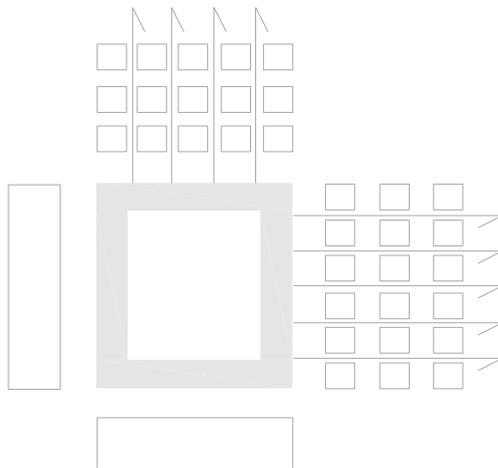
Ablenkung jeglicher Art ist streng **verboten!**



02 **Wie und wieviele Zellen müssen angeordnet werden?**

Das Hotel wird ca. für **40-45 Personen** angelegt sein. Diese Anzahl garantiert sowohl einen überschaubaren Rahmen als auch einzigartigen Komfort.

Zellentrakte werden daher vom Kreuzgang aus verlängert und bilden damit einzelne Trakte, die wenige Zellen miteinander verbinden. Sie spiegeln den Weg als meditatives Element wider.



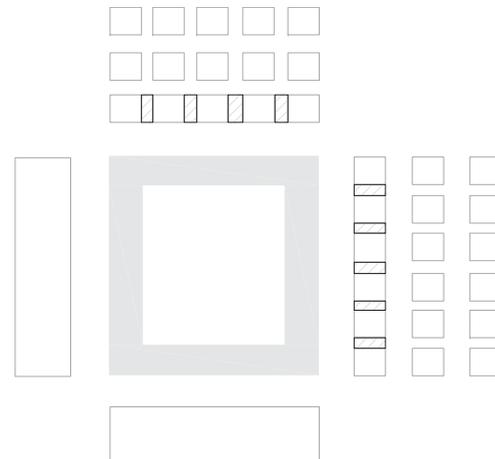
^

Verlängerungen vom Kreuzgang

03 **Anordnung der spirituellen und sonstigen Räume**

Es werden zwar keine Aktivitäten für diverse Ausflüge oder Unterhaltungsprogramme geboten, aber das Erlernen von meditativen Übungen, für gezielte Meditationstechniken, das Lernen von Yoga sowie Massagebereiche...usw werden im Projekt angeboten. All diese Angebote sollen dazu dienen das eigene Wohlbefinden zu fördern.

Daraus ergibt sich die Voraussetzung, diese Räume nahe bzw. **zwischen** den **Zellen** anzuordnung. Man erreicht sie dadurch auf schellen Wege und sie bilden einen geschlossener Kernbereich für den privaten Gast.



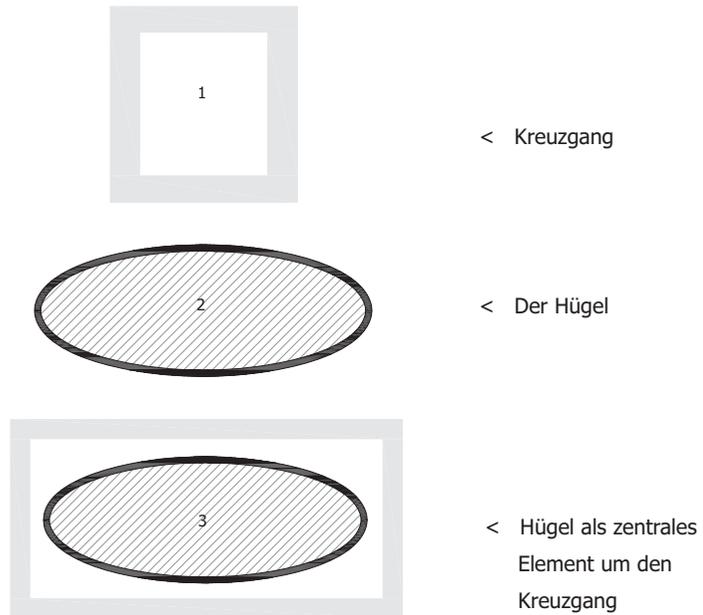
^

Anordnung der spirituellen Räume

04 Anpassung des Kreuzganges an die Topographie

Geschichtlich weist der Kreuzgang eine quadratische Form auf. Im Laufe der Zeit haben sich die Kreuzgänge an die vorhandenen Topografien angepasst und wurden daher oft als Rechteck konzipiert.

Zur Formfindung des Kreuzganges für das vorliegende Projekte stellt man fest, dass der sogenannte "Hof" in diesem Fall der sanfte "Hügel" des Bauplatzes ist. Er ist zentrales Element des gesamten Areals. Nachdem seine Form leicht elliptisch geprägt ist, umschließt ihn der **Kreuzgang** als **Rechteck**.



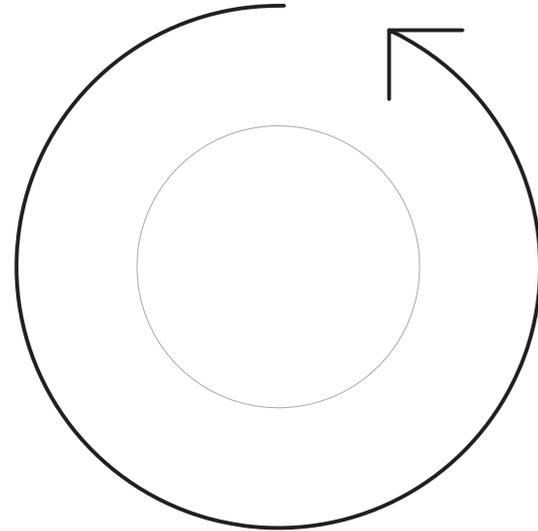
05 Die Wahl der Zellenform

Ausgangspunkt für die Form des Hotelzimmers ist der meditative Kreis.

Diese Kreise sollen der reinen Meditation zu einem Thema dienen. Es soll auf der energetischen Ebene zu einem Synergieeffekt kommen.

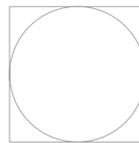
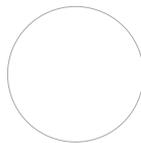
Meditation bietet einen Weg, die Zerstreuung der Gedanken zum Stillstand zu bringen, sich zu sammeln sowie seelisches Gleichgewicht und Ruhe herzustellen. Regelmäßiges geistiges Meditieren hat somit Einfluss auf die körperliche und seelische Gesundheit.

Um die Kreisform in das Projekt zu transferieren, umgibt ein **Quadrat** den Kreis. Quadrat als Zeichen für Symmetrie und Gleichheit, Geborgenheit und Wohlgefühl.



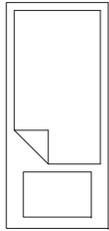
^ Meditationskreis

> Transformation des Kreises

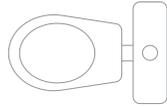


Grundrissform der Zelle

Weche Elemente sind nötig?



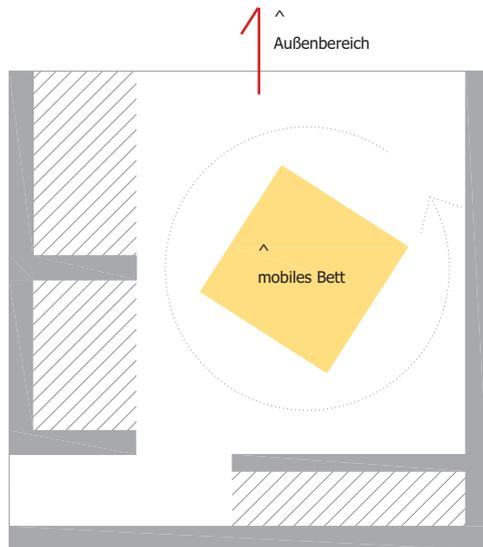
^
mobiles Bett



^
Sanitäranlagen



^
Meditationsbereich, Freiraum



Grundrissform der Zelle

Für den privaten Zimmerbereich wird aus Gründen der einfachen und gezielten Therapie der Raum aus einem Element bestehen. Es gibt ein Bettelement, welches jeder weitere Funktion übernimmt. Ein Verweilobjekt für den ganzen Tag und für die Nacht.

Um sich an den Tagesrhythmus des Gastes anzupassen, wird das **Bettelement** mobil, klappbar und verstellbar sein. Man kann sich auf diese Weise jede Position selbst einstellen sowie seiner Tätigkeit anpassen.

Ein zusätzlicher Vorteil besteht darin, dass dadurch auch ein freier Bereich entstehen kann, der zu meditativen oder sportlichen Zwecken genutzt werden kann.

Um die Ausgeglichenheit der Zelle noch zu verstärken, entstehen für die Raumteilung unterschiedliche Bereiche, die entweder das Element Wasser, Feuer, Erde oder Luft mit sich bringen. Ein **Badeelement** ist ein im Boden eingelassenes Wasserbecken, welches unmittelbar angrenzend zum Garten liegt. Hier kann man entspannt seinen fernen Blick auf die Berge werfen.

Die Möglichkeit zu Wellness gibt es anhand einer **Sauna** im eigenen Zimmer, für beruhigende Momente steht ein **Flammenelement** zur Verfügung.

Nur der Sanitärbereich wird vom Zimmer selbst getrennt sein.

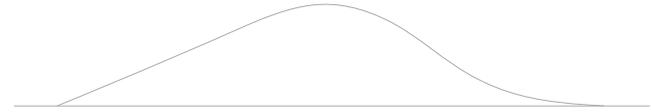
Um auch einen privaten Augenblick für sich alleine im Freien zu genießen, besitzt jede Zelle einen direkten Zugang zu seinem eigenen Außenbereich.

06 Die Form des Gemeinschaftsbereiches

Der Gemeinschaftsbereich vermittelt eine Zusammengehörigkeit, die ansonsten im gesamten Konzept nicht vorhanden ist. Ein kompakter Körper kann diese Aussage besser verdeutlichen, als ein zerstreutes Element. Die geschlossene Variante soll zart in den Hügel versetzt sein, um das puristische Konzept auch nach außen hin zu verbildlichen.

Der Grundriss folgt zu Beginn dem Verlauf des bestehenden Weges. Um den Empfangsbereich stärker hervorzuheben und gleichzeitig für die anderen Gemeinschaftsbereiche wie Restaurant und der Bibliothek einen gemeinsamen Platz zu schaffen, entstanden sanfte Bewegungen entlang der Fassade.

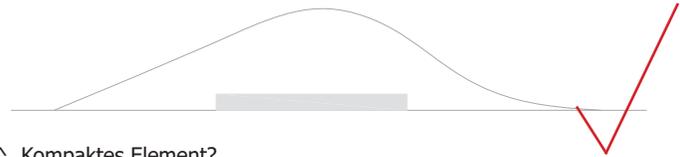
Die dezente Nischenbildung verstärkt dadurch den richtungsweisenden Blick der angrenzenden Räumlichkeiten zum nahegelegenen Waldbereich und verbindet gleichzeitig durch die Winkelannäherung die Gäste räumlich miteinander.



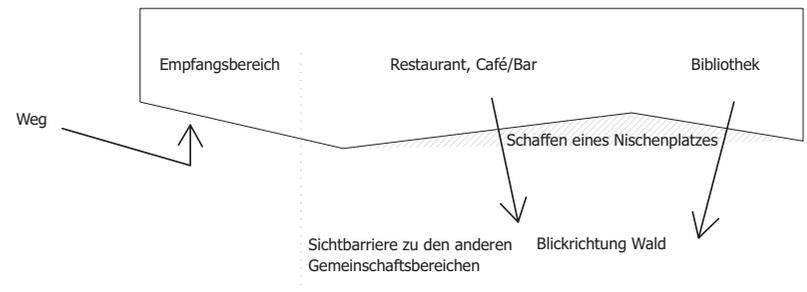
Ansicht Achpichl



^ Einzelne Elemente?



^ Kompaktes Element?



^ Grundrissverlauf Gemeinschaftsbereich

Der Zellentrakt

48 Zellen mit **44 m²**

7 kleine Therapiesäle mit **50m²**

3 Massagebereiche mit **50m²**

1 Arztzimmer mit **50m²**

3 große Therapiesäle mit **250m²**

2 Schwimmhallen mit **130m²**

2 Springhallen mit **130m²**

2 Sportbereiche mit **130m²**

2 Sanitäranlagen mit **50m²**

2 Technik- Lagerräume mit **50m²**

der gesamte **Verwaltungsbereich** im Westen 313m²
(Büro, Personalraum, Lager, Technik, Waschraum...etc.)

der gesamte **Gemeinschaftsbereich** im Süden **UG 480 m²**
davon Bibliothek mit **105m²**

der gesamte **Gemeinschaftsbereich EG 375m²**
EG Empfang mit **63m²**
Restaurantbereich mit **140m²**
Café /Bar mit **73m²**

Gesamt Anlage Brutto 10.900m²

^ Angaben der Raumgrößen

04.5 Raumprogramm

Aufgrund des Prinzipes des Schweigens hat sich für die weiteren Raumkonzepte folgendes entwickelt:

Hotelräume sind Orte des Schweigends und beinhalten daher viele Elemente des Wohlbefindes. Das Leben wird sich still und genussvoll innerhalb eines Raumes abspielen.

In den Gemeinschaftsräumen sind der Empfang, das Restaurant sowie Café/Bar situiert. Wie auch in vielen Klöstern wird die Herberge eine Bibliothek besitzen. Sie dient als Archiv, aber auch als gemeinschaftlicher Lesesaal.

Fitnessgeräte können auf das Zimmer bestellt werden. Außerdem ist Sport für viele auch eine Art Meditation, die bevorzugt schweigend verrichtet wird. Aus diesem Grund wird es ein Fitnesslager für diverse Geräte geben. Für andere Sportarten, die mehr Platz benötigen, sind große eigene Räume vorgesehen. Schwimmen, Weitsprung, Laufen, Springen und auch Schlagen sind nur einige Stichwörter für die Bespielung dieser Hallen.

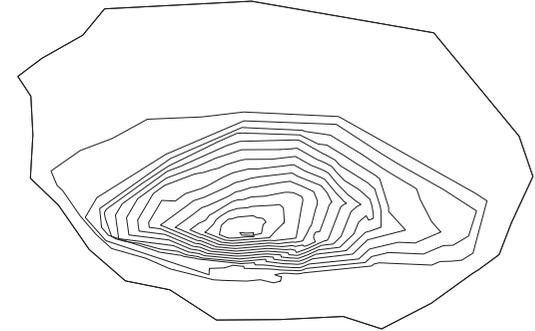
Für den meditativen und medizinischen Zweck werden im vorderen Bereich der Zellentrake eigens dafür geschaffene Raumlichkeiten platziert werden.

Für den Betrieb dieser Anlage sind noch die sonstigen Räumlichkeiten wie Technik, Lagerräume, Sanitäranlagen, Verwaltungs und Küchenbereiche geplant.

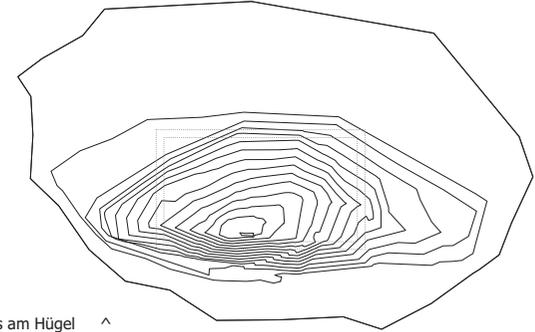
05.1 Erschließung

Die Erschließung des Komplexes folgt über das Gemeinschaftsgebäude. Hier sind zwei vertikale Erschließungssysteme vorgesehen. Horizontale Erschließung erfolgt nur über den Kreuzgang.

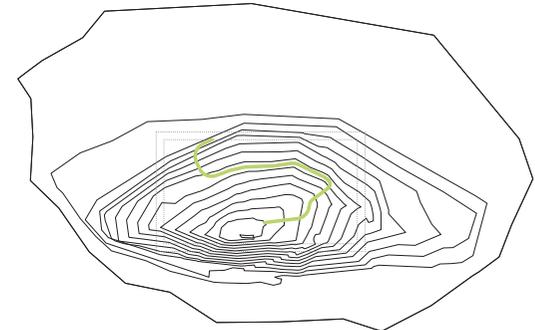
Ein zusätzlicher geplanter Weg, der Meditationsweg, führt vom Inneren des Gebäudes entlang der gegebenen Topographie nach außen. Er verbindet den Hügel mit dem Kreuzgang und ist gleichzeitig der einzige Zugang zur bedeutungsvollen Mitte, dem Grünraum.



bestehendes Gelände ^

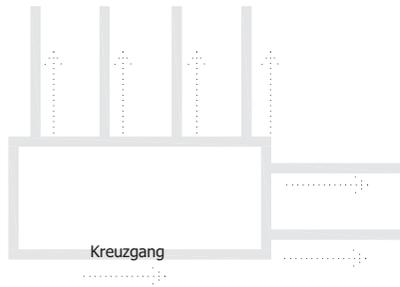


platzierung des Kreuzganges am Hügel ^

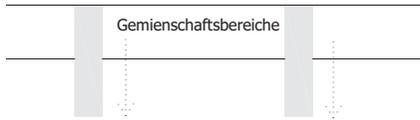


Meditationsweg entlang des Höhenverlaufes ^

Vertikale Erschließung auf den Aussichtshügel >

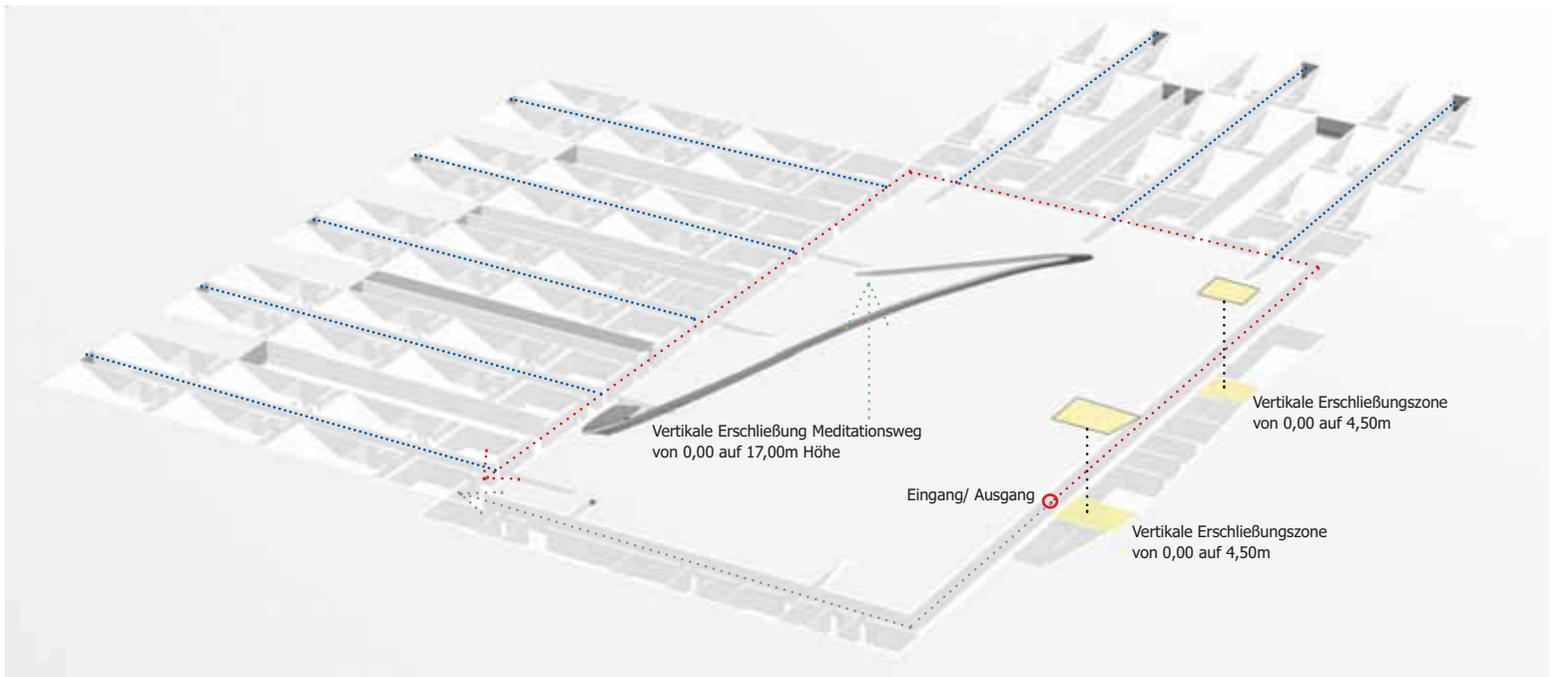


^ horizontale Erschließung



^ Vertikale Erschließung

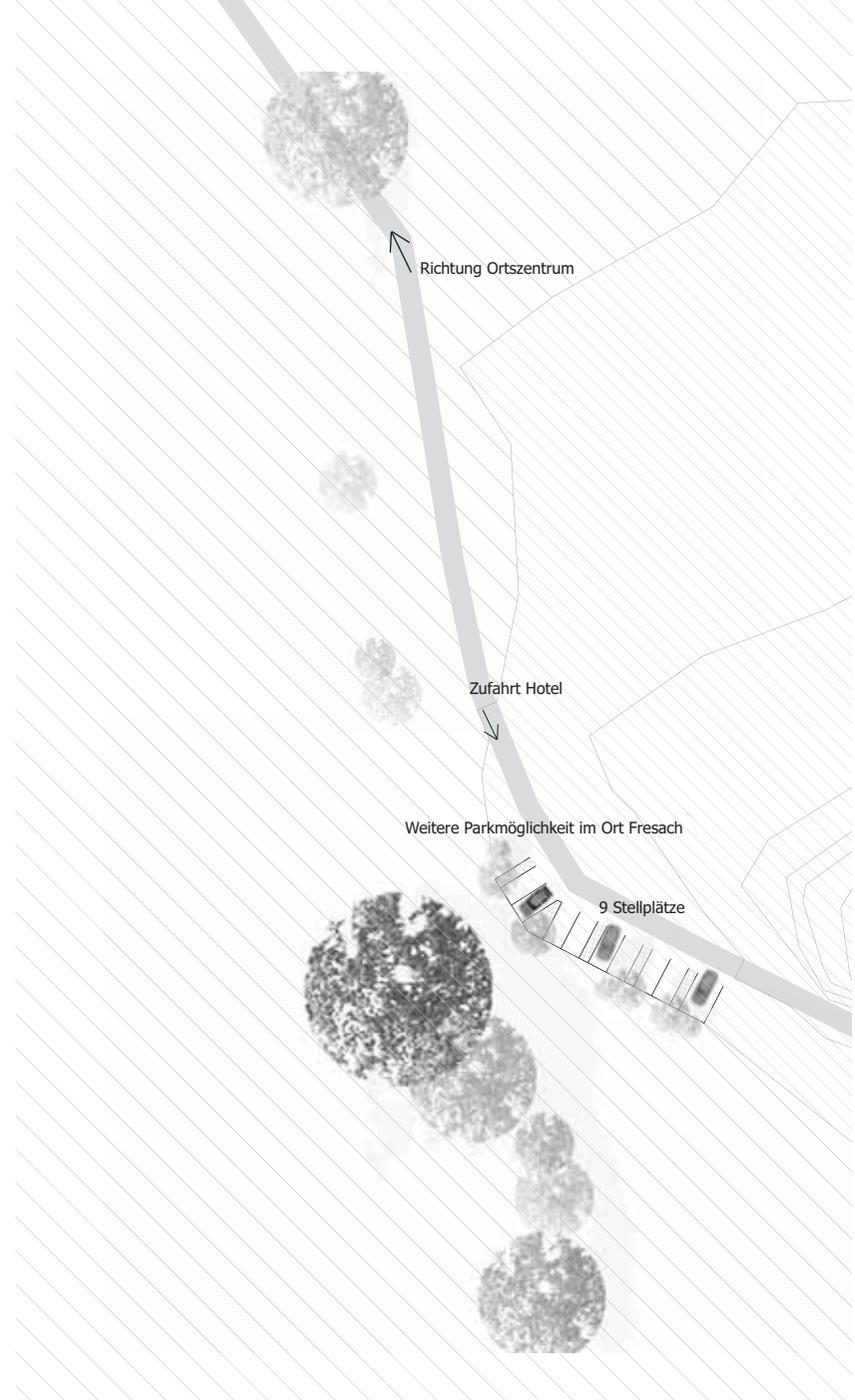
- Verwaltung
- Kreuzgang
- Zellentrakte
- Mediationsweg

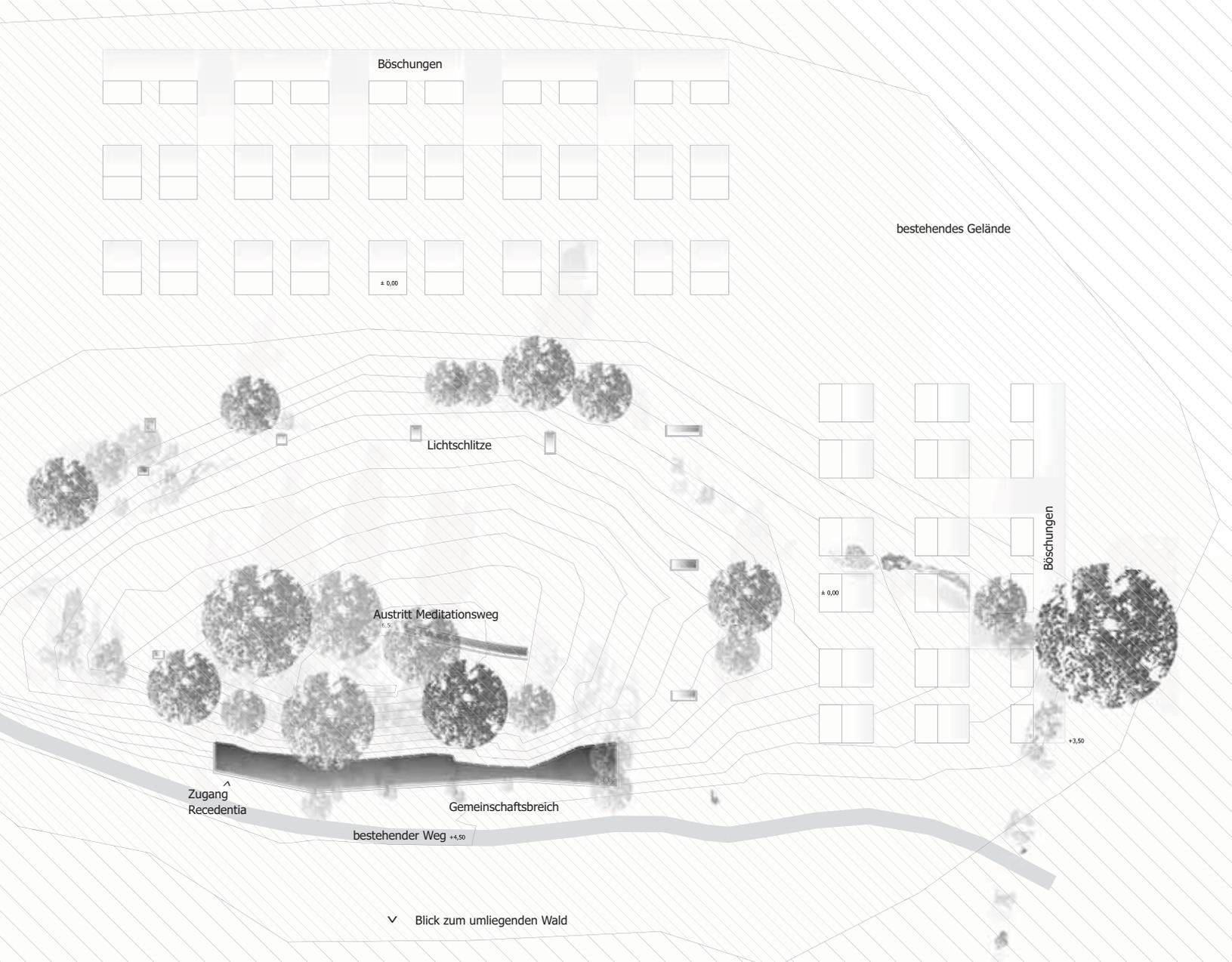


Lageplan
1:1000



0m 10m 50m

A horizontal scale bar with three segments, labeled 0m, 10m, and 50m.



Böschungen

bestehendes Gelände

Lichtschlitze

Austritt Meditationsweg
6.5%

Böschung

Zugang
Recedentia

Gemeinschaftsbereich

bestehender Weg +4.50

∨ Blick zum umliegenden Wald

UG Grundriss
1:1000



0m 10m 50m

A horizontal scale bar with three segments. The first segment is labeled '0m', the second '10m', and the third '50m'.

- 1 Zellen
- 2 Therapieräume
- 3 Massageräume
- 4 Großer Saal
- 5 Springsaal
- 6 Technikräume
- 7 Schwimmhallen
- 8 Arzt
- 9 Große Sportbereiche
- 10 Bibliothek
- 11 Lagerräume
- 12 Küche
- 13 Personalraum
- 14 Büro
- 15 Teeküche/Personal
- 16 Fitnessgerätelager
- 17 Putzraum
- 18 Waschküche

>





UG Grundriss
1:500

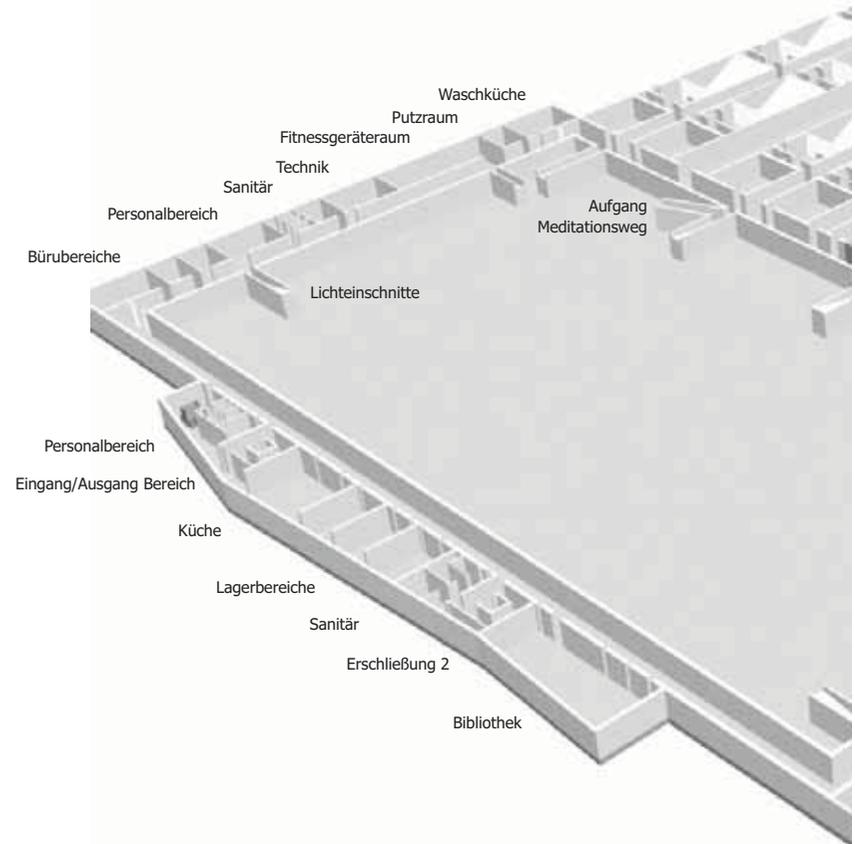


- 1 Zellen
- 2 Therapieräume
- 3 Massageräume
- 4 Großer Saal
- 5 Springsaal
- 6 Technikräume
- 7 Schwimmhallen
- 8 Arzt
- 9 Große Sportbereiche

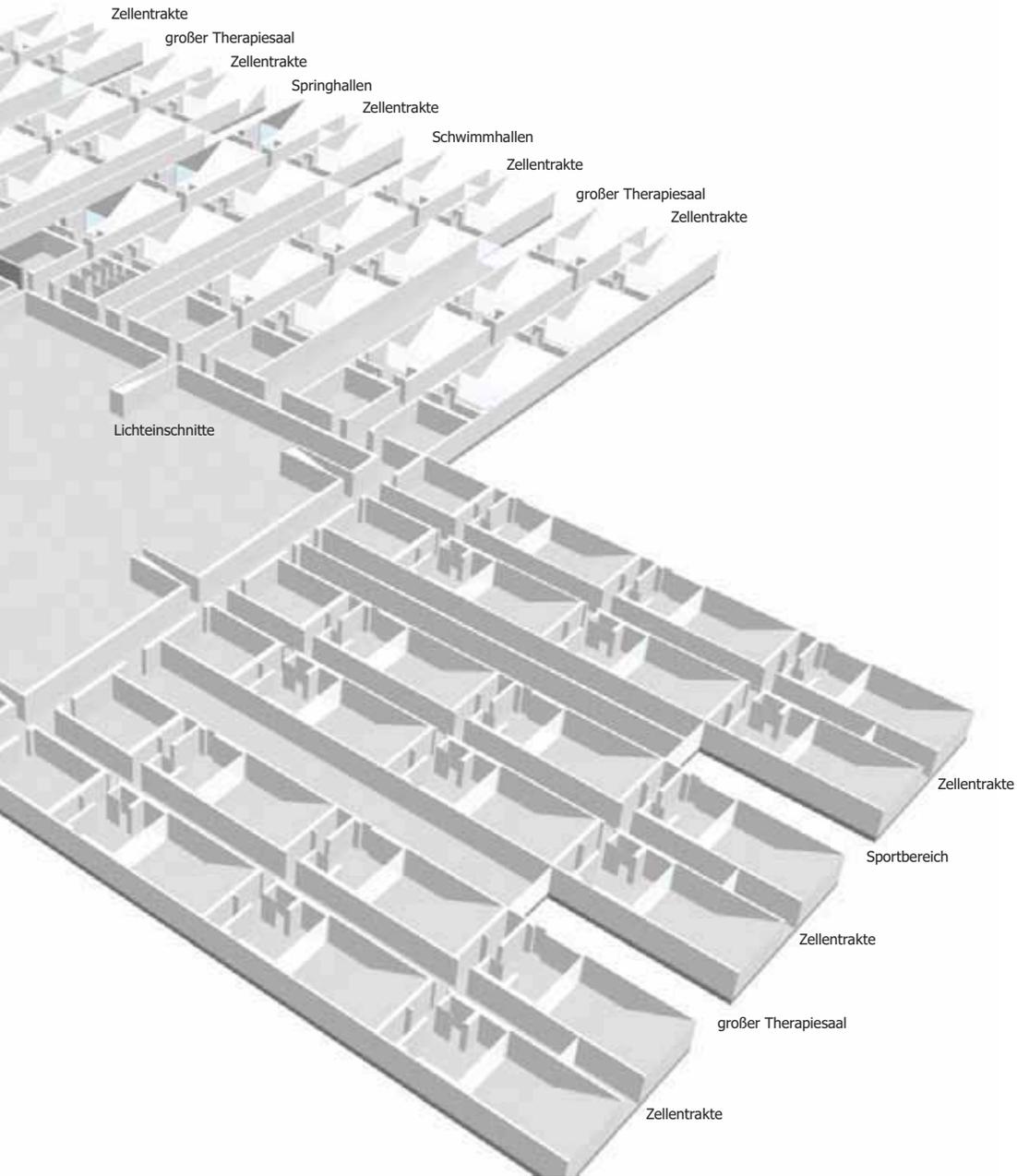
>



Planausschnitt



Perspektive des Untergeschosses ^



EG Grundriss
1:500

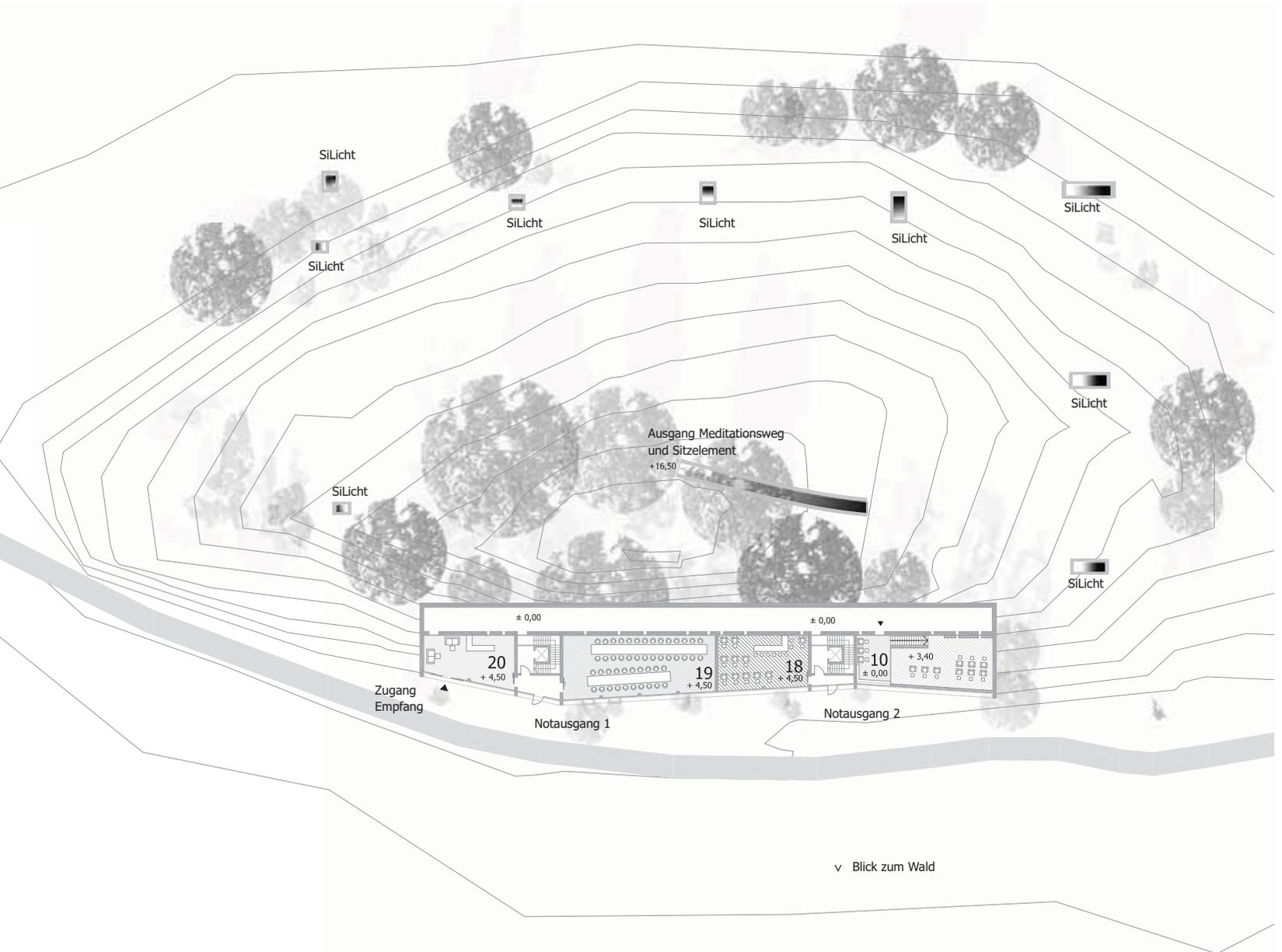


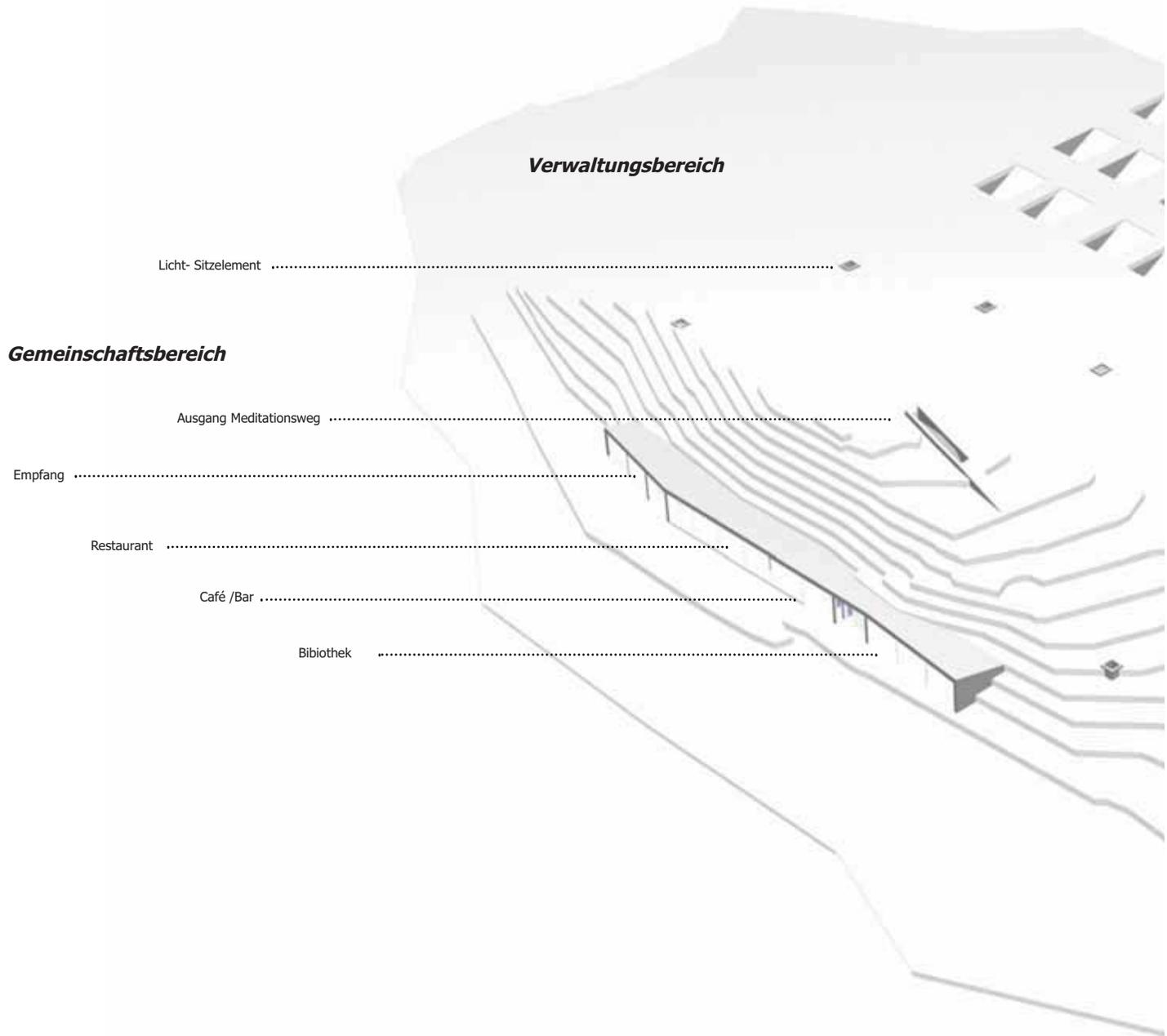
0m 10m 50m

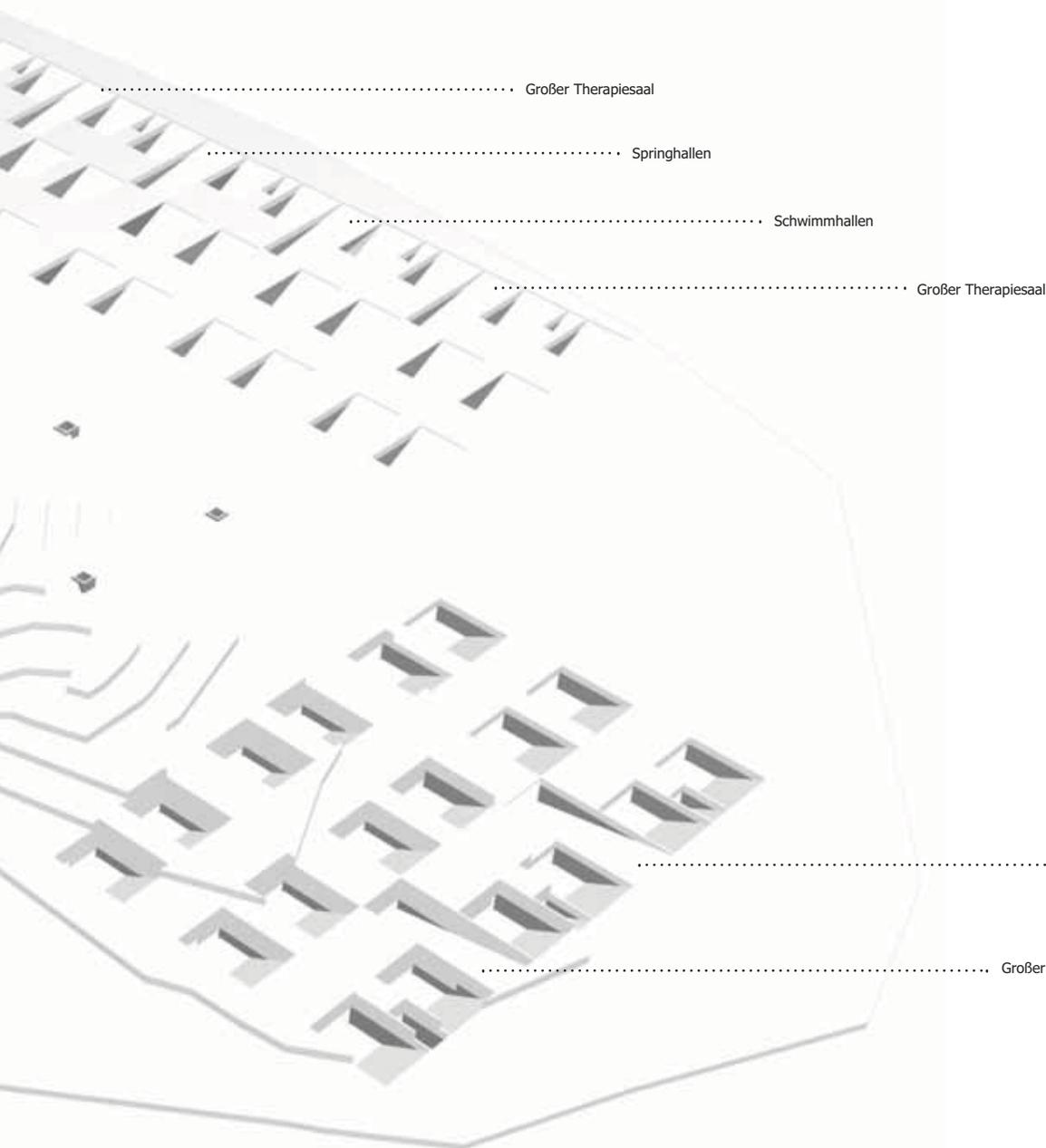
- 10 Bibliothek
- 18 Café / Bar
- 19 Restaurant
- 20 Empfang / Eingang-Ausgang

SiLicht < > Sitzelement und Lichtschacht









Privatbereich - Zellentrakt

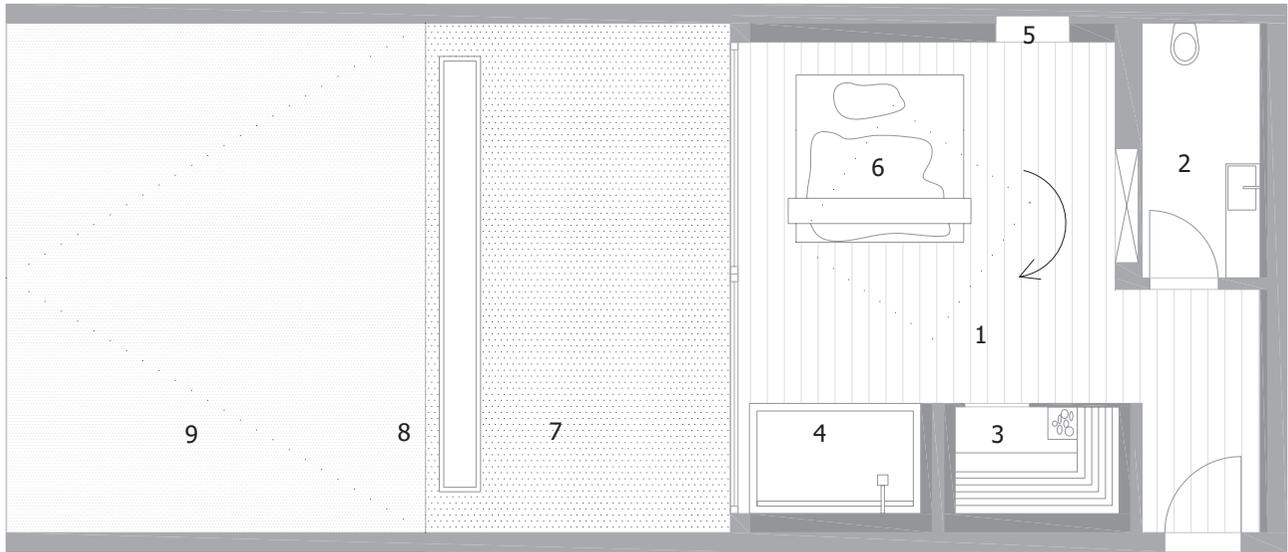
^ Übersichtsplan der Anlage

Grundriss Zelle
1:100



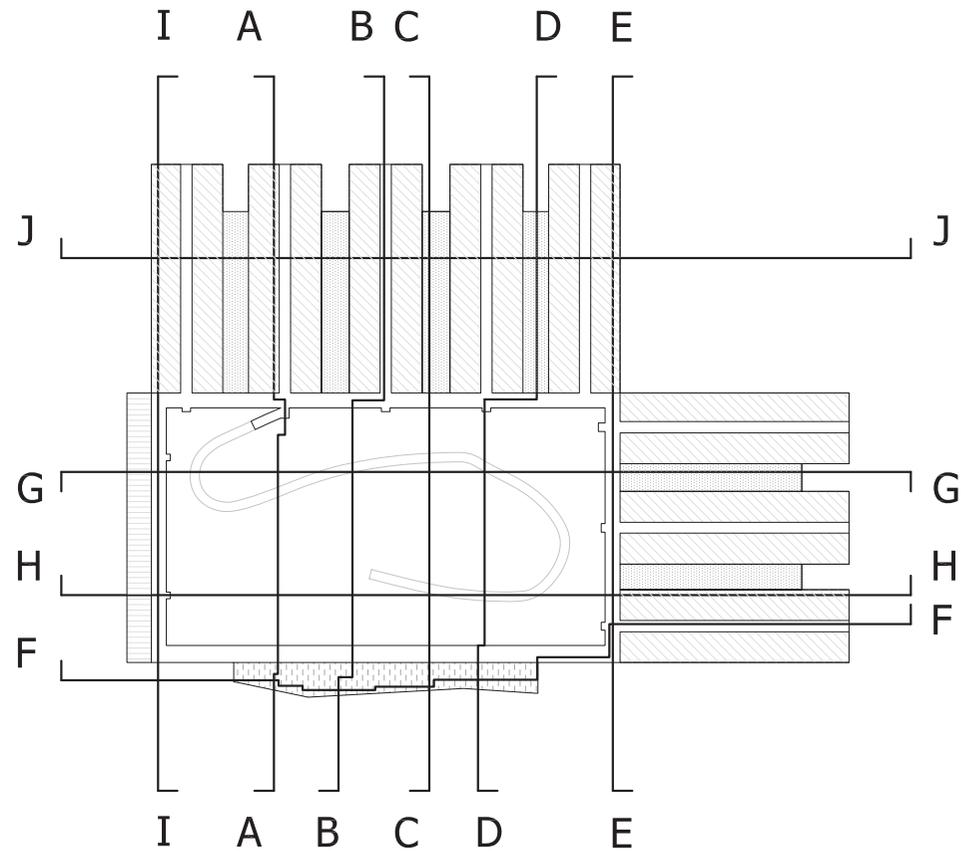
- 1 Zelle
- 2 WC
- 3 Sauna
- 4 Bad
- 5 Flamme
- 6 Bett
- 7 Garten
- 8 Wasserfläche
- 9 Böschung

^ Blick Richtung Mirnock



< Zellengang >

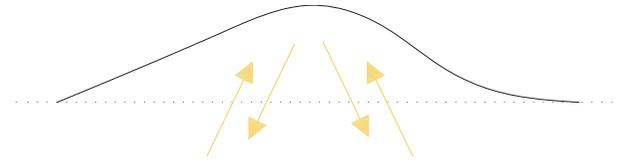
Zugang



Übersicht der Schnittführungen

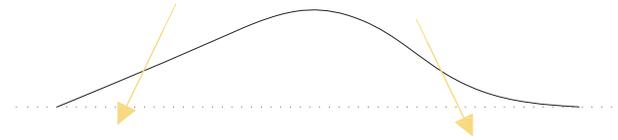
Wahrnehmbare Verbindung des hügel mit dem Kreuzgang

>



Verbindung durch Einschnitte ins Innere

>

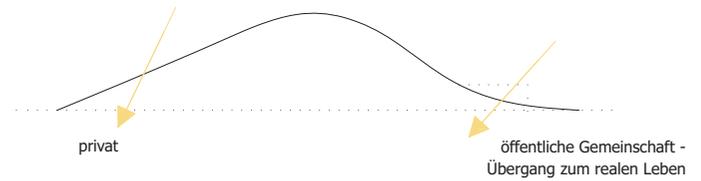


Lichteinfall im öffentlichen Bereich durch das Gebäude selbst

>

Lichteinfall im Privat/Verwaltungsbereich durch Einschnitte in das Gelände

>



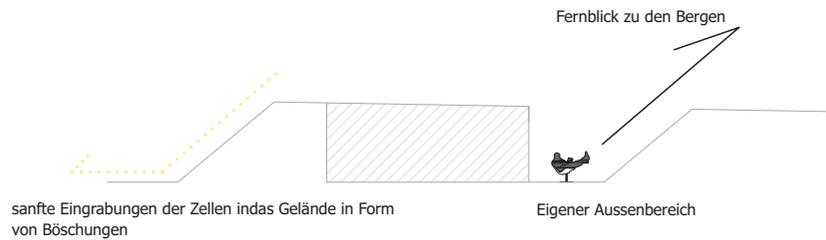
Einschnitt als Konsequenz für die Dachform des Gemeinschaftsbereiches

>





< öffentlicher Gemeinschaftsbereich -
Lichteinfall in den Kreuzgang

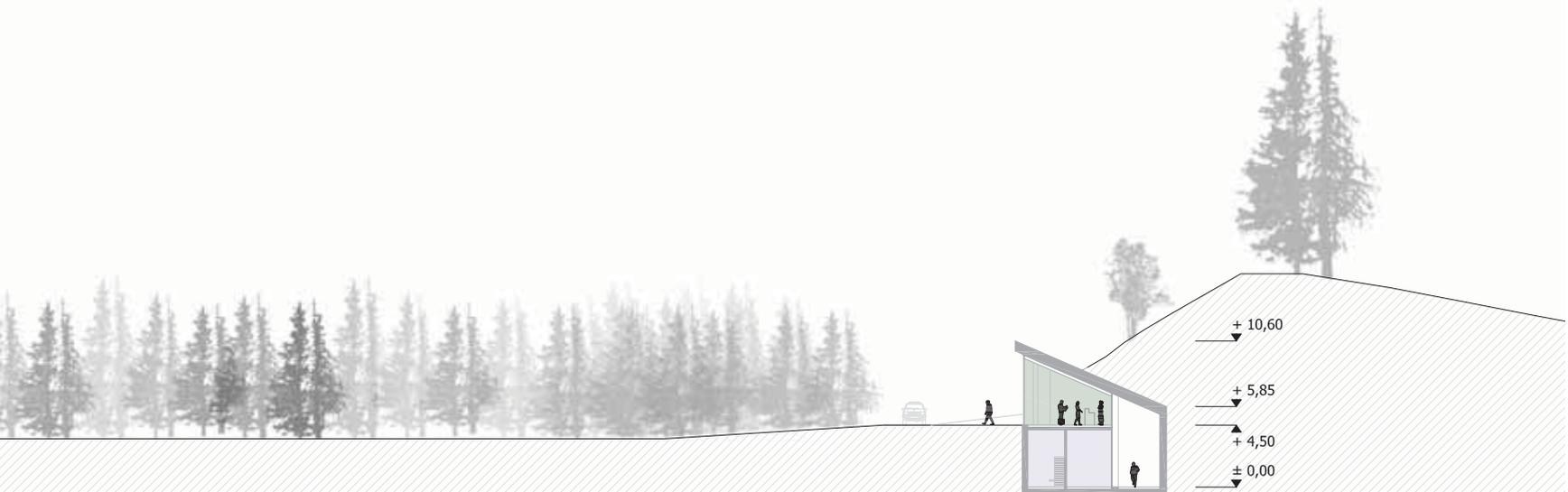


< Konsequenz im Zellentrakt

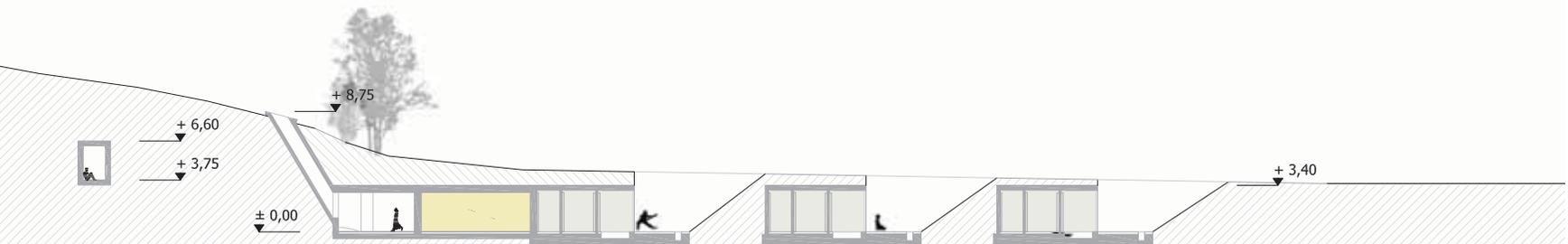
< *Entwurfsentscheidungen im Schnitt*

Schnitt A-A
1:500

0m 10m 50m

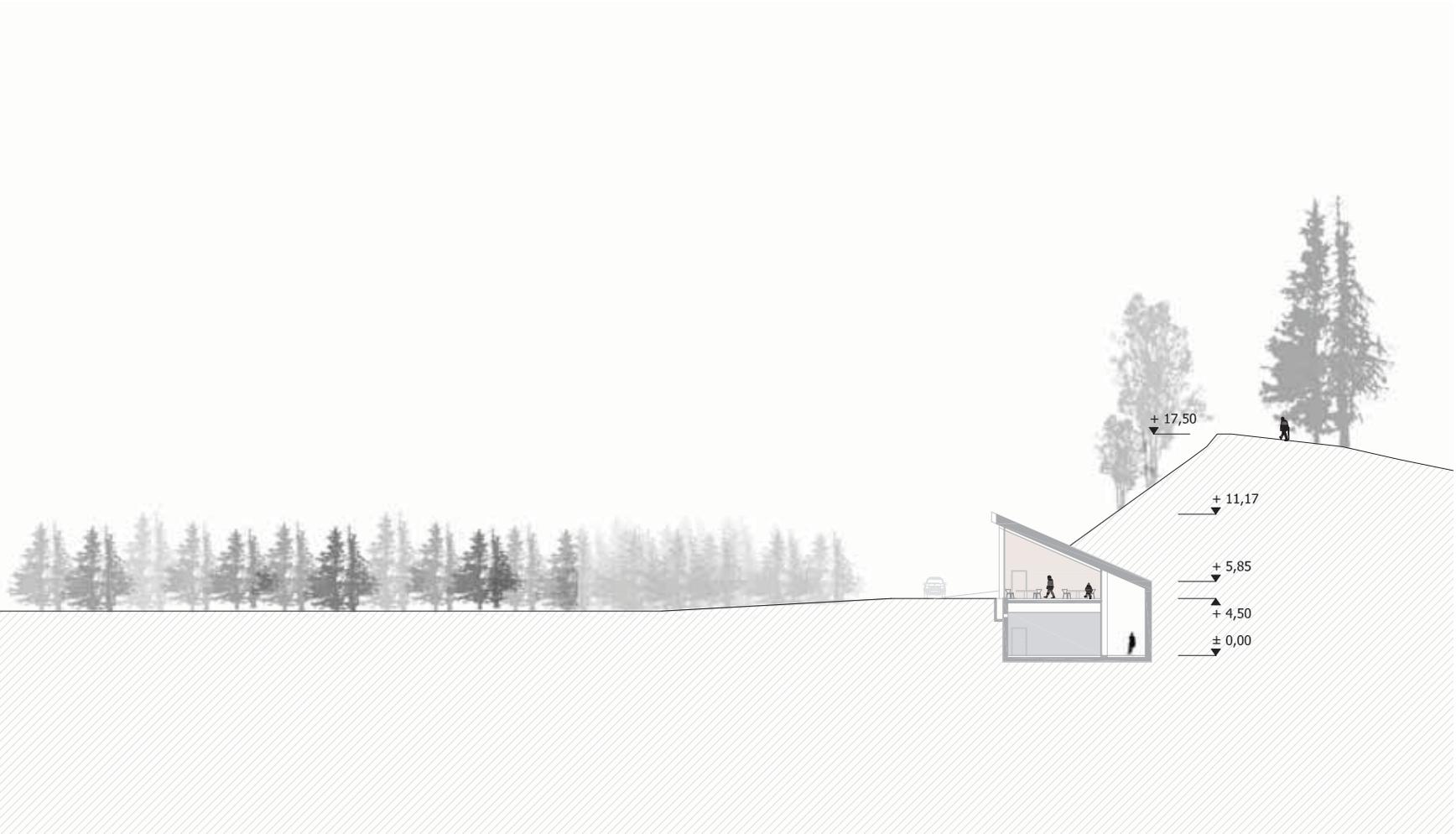


- Verwaltung
- Zellen
- Empfang
- Therapiesaal

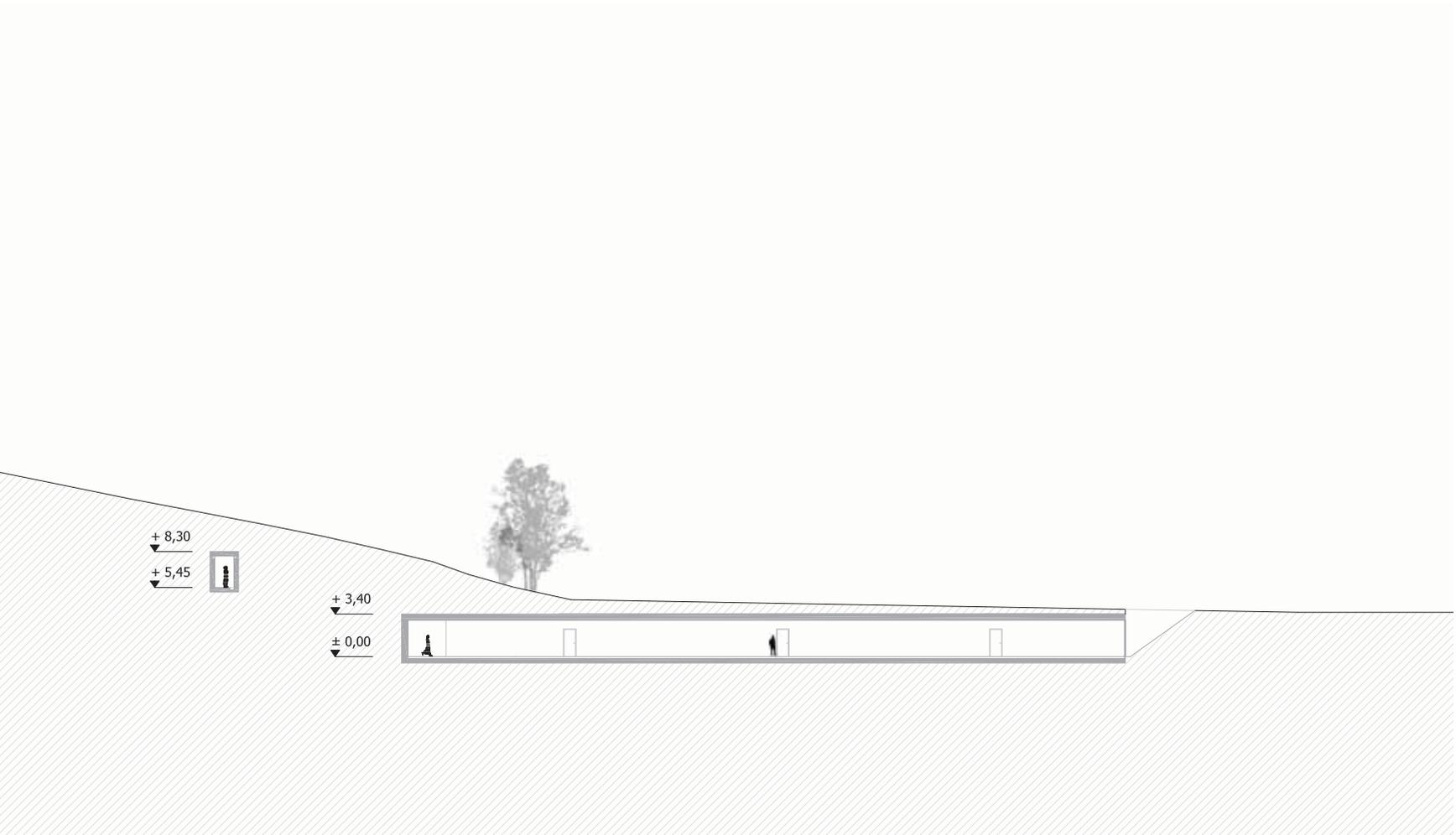


Schnitt B-B
1:500

0m 10m 50m

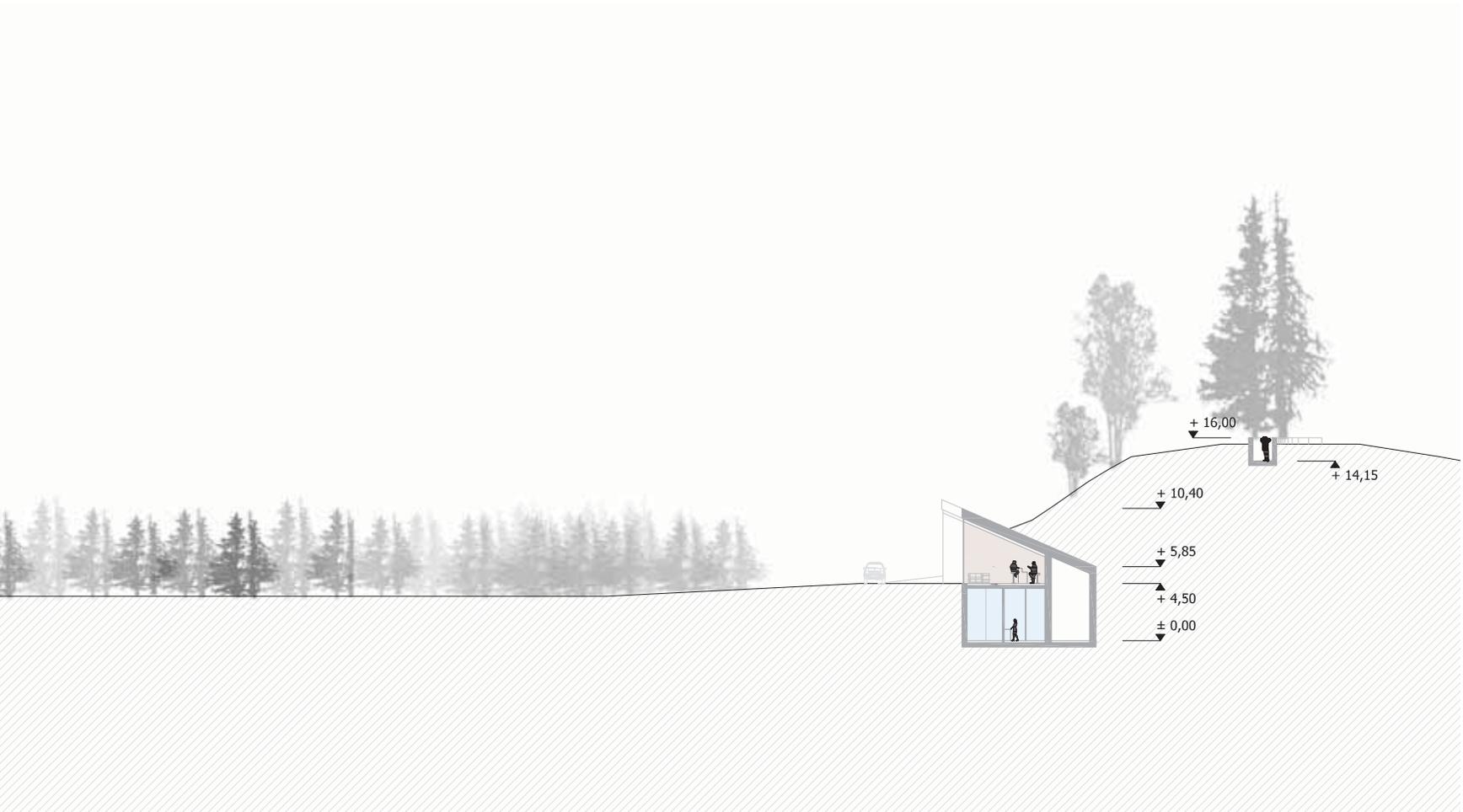


Küche 
Restaurant 

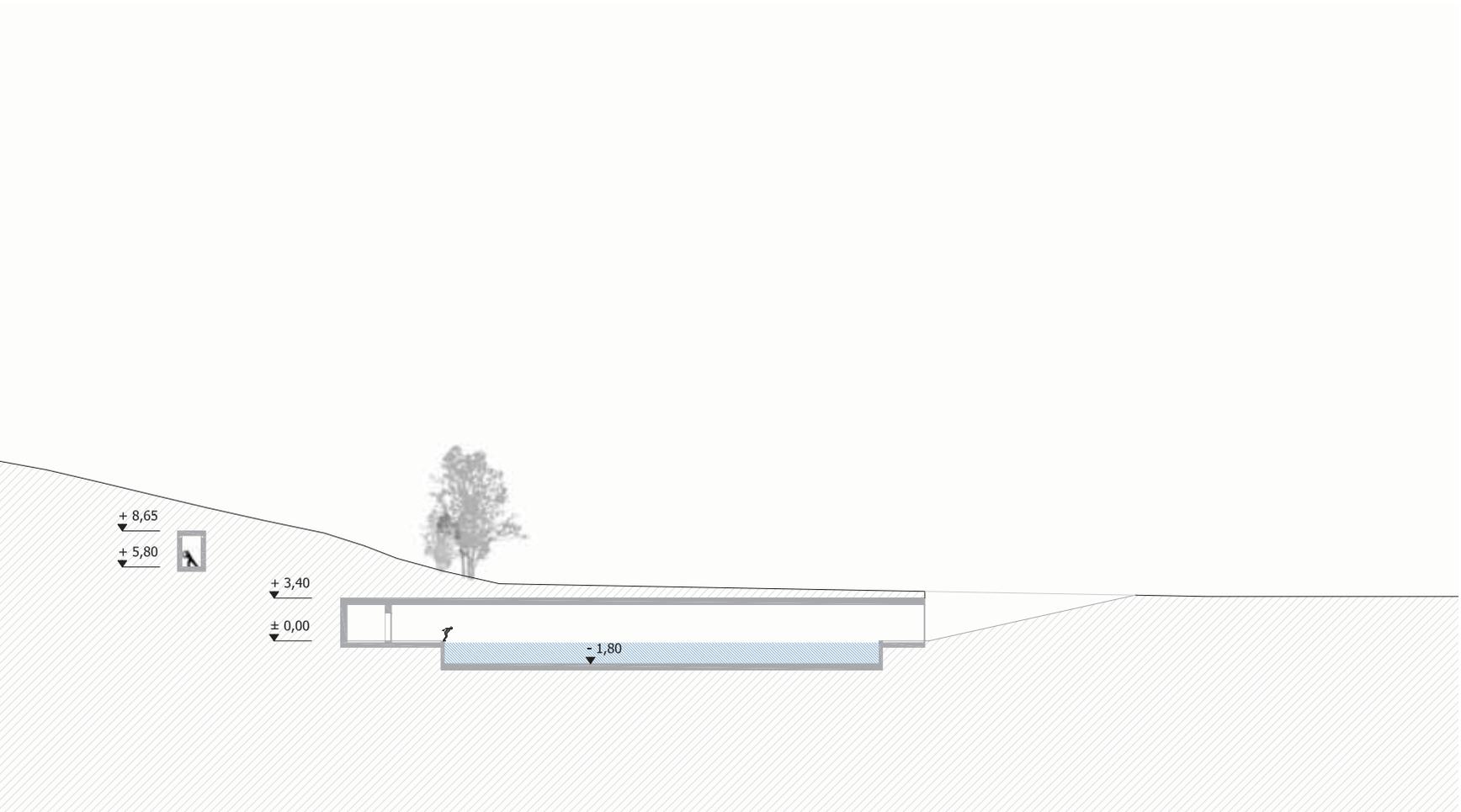


Schnitt C-C
1:500

0m 10m 50m

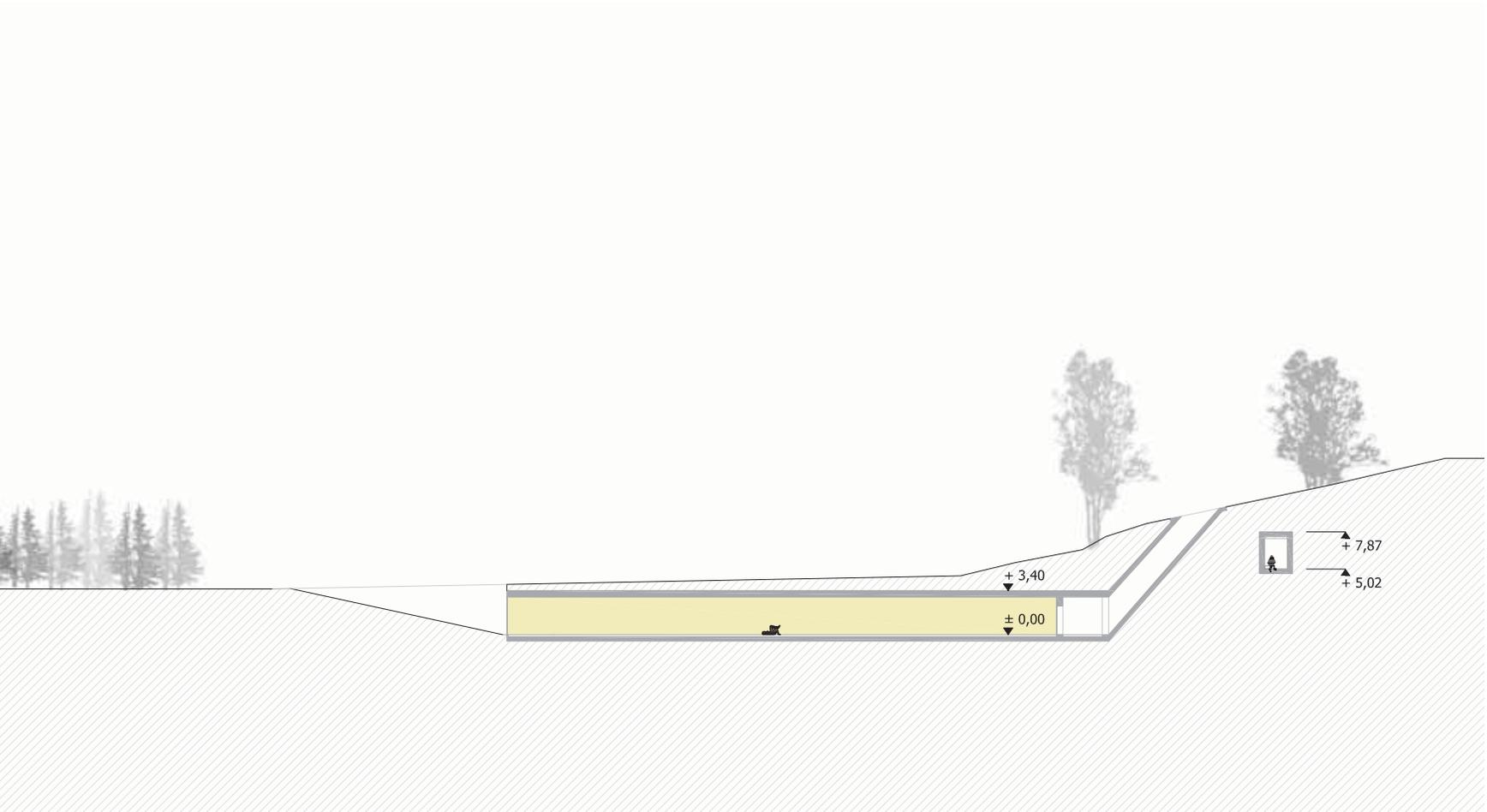


- Restaurant / Café 
- Sanitäranlagen 
- Sportbereich "Schwimmen" 



Schnitt D-D
1:500

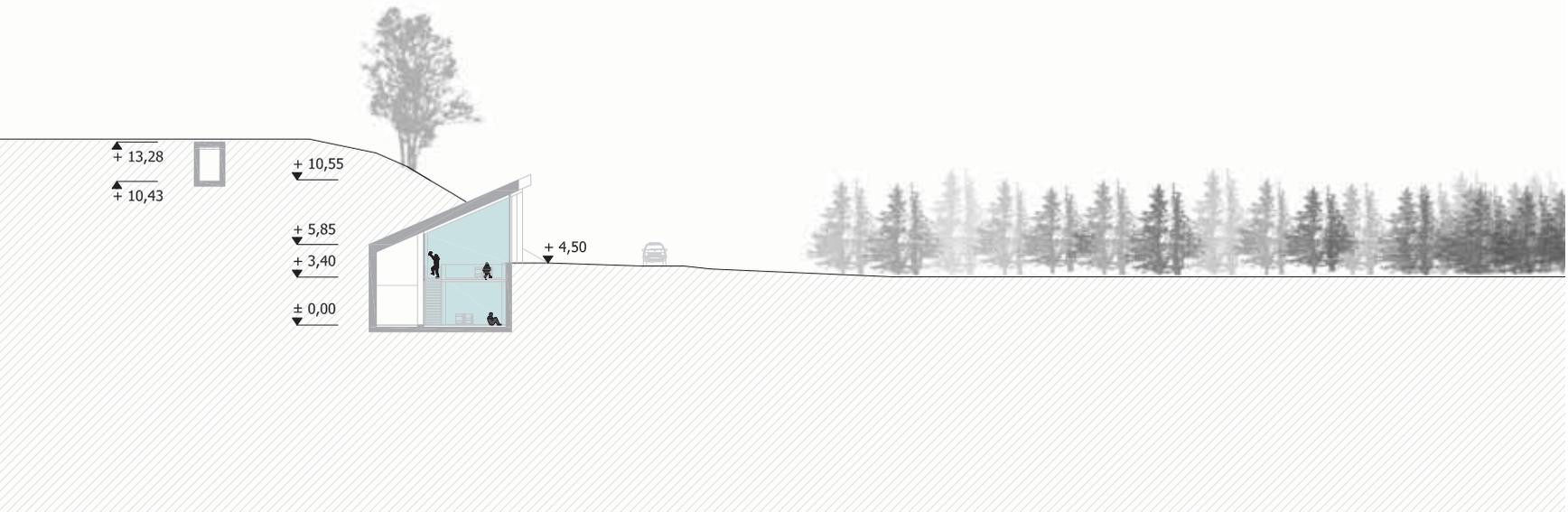
0m 10m 50m



Therapiesaal

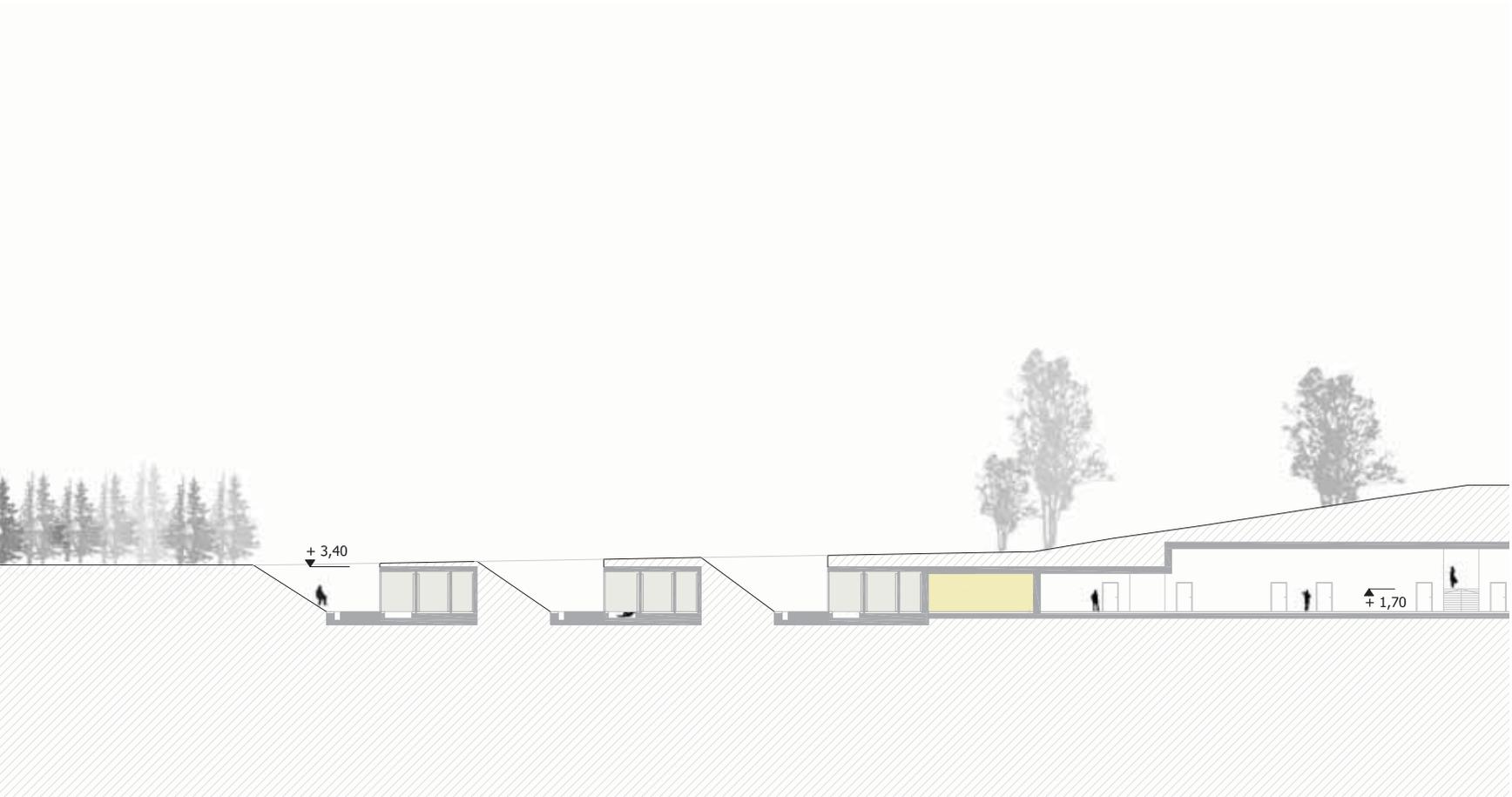


Bibliothek



Schnitt E-E
1:500

0m 10m 50m



Zellen

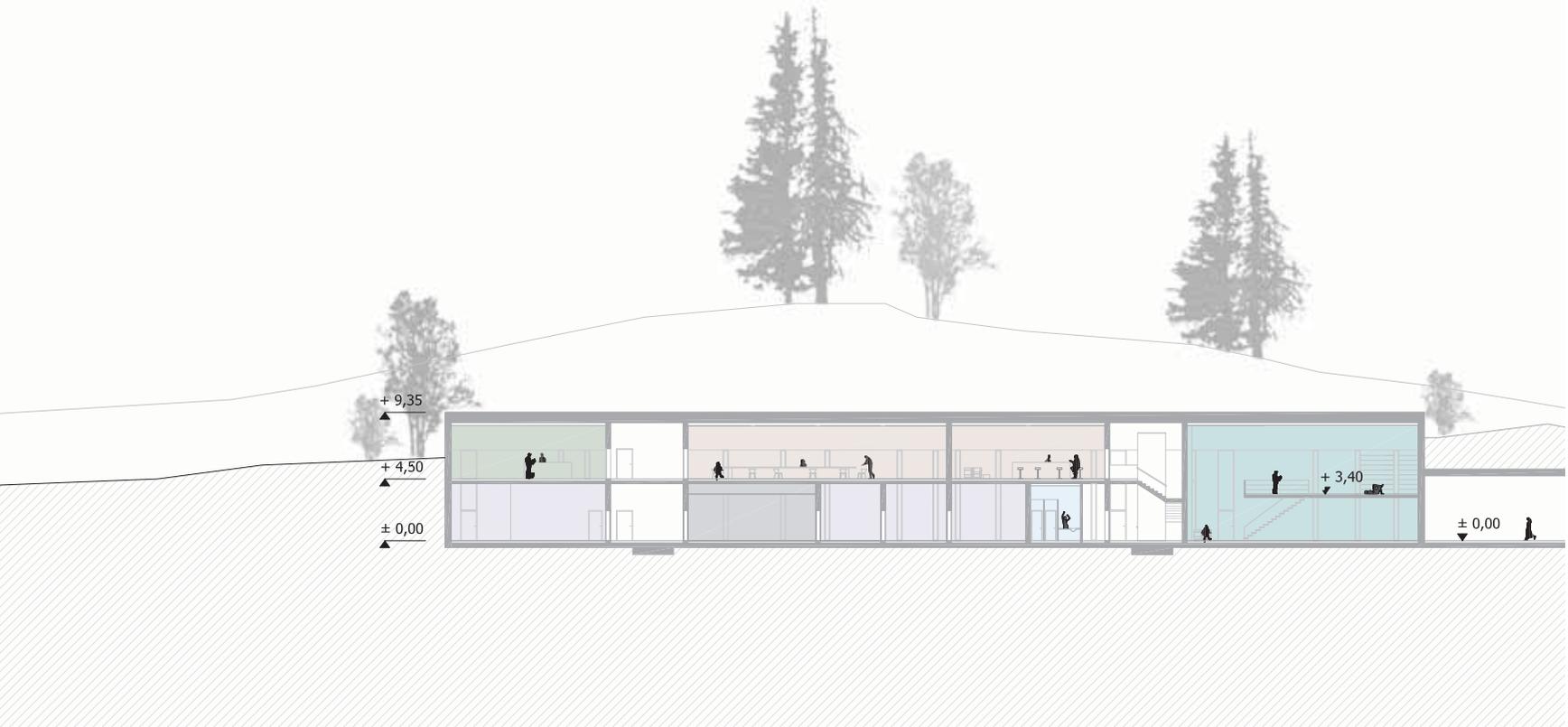


Therapiesaal

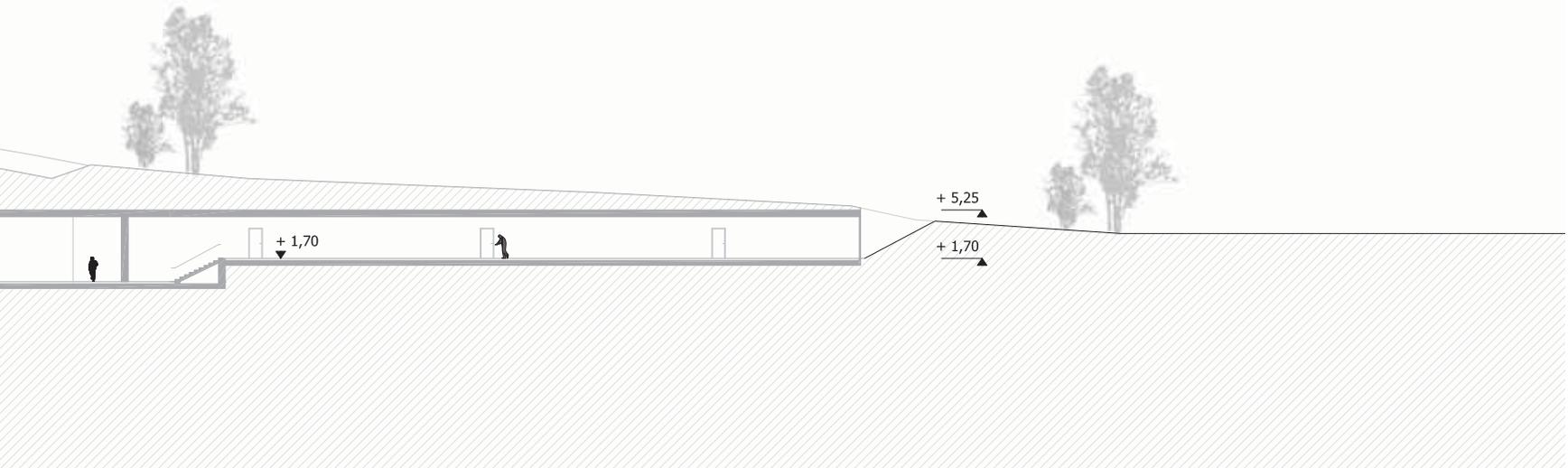


Schnitt F-F
1:500

0m 10m 50m

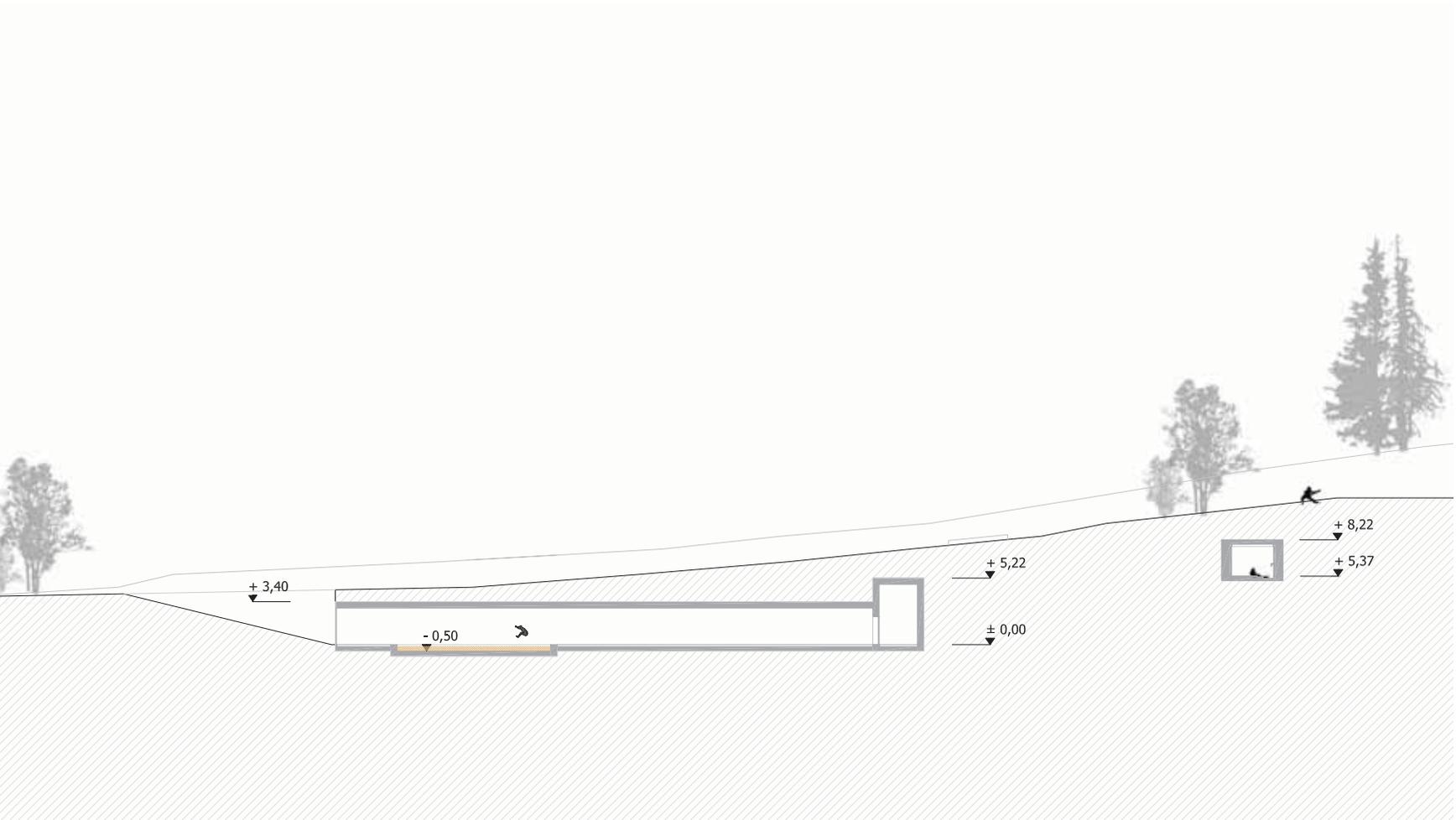


- Verwaltung
- Küche
- Restaurant / Café
- Empfang
- Bibliothek
- Sanitäranlagen



Schnitt G-G
1:500

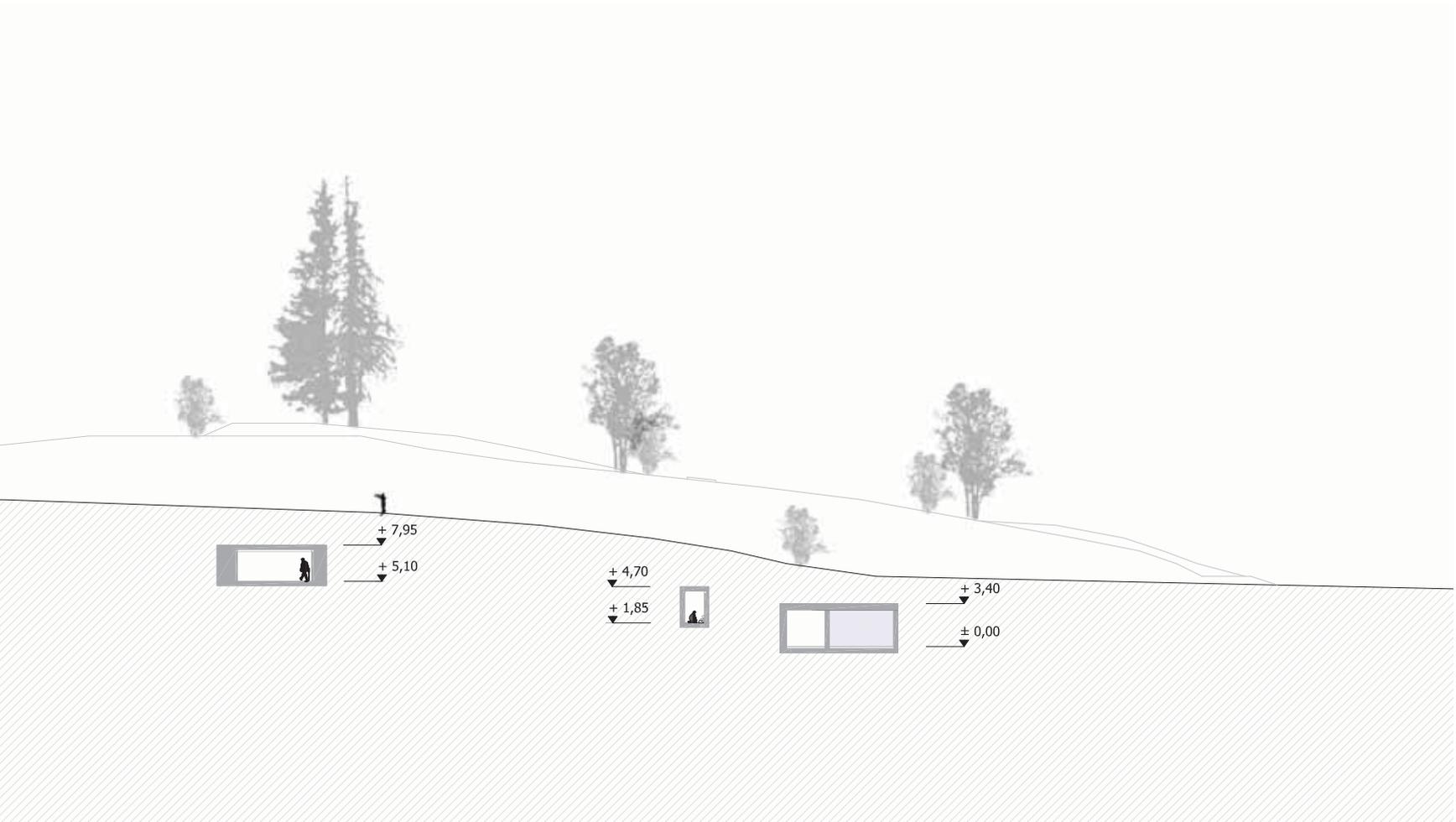
0m 10m 50m



Verwaltung

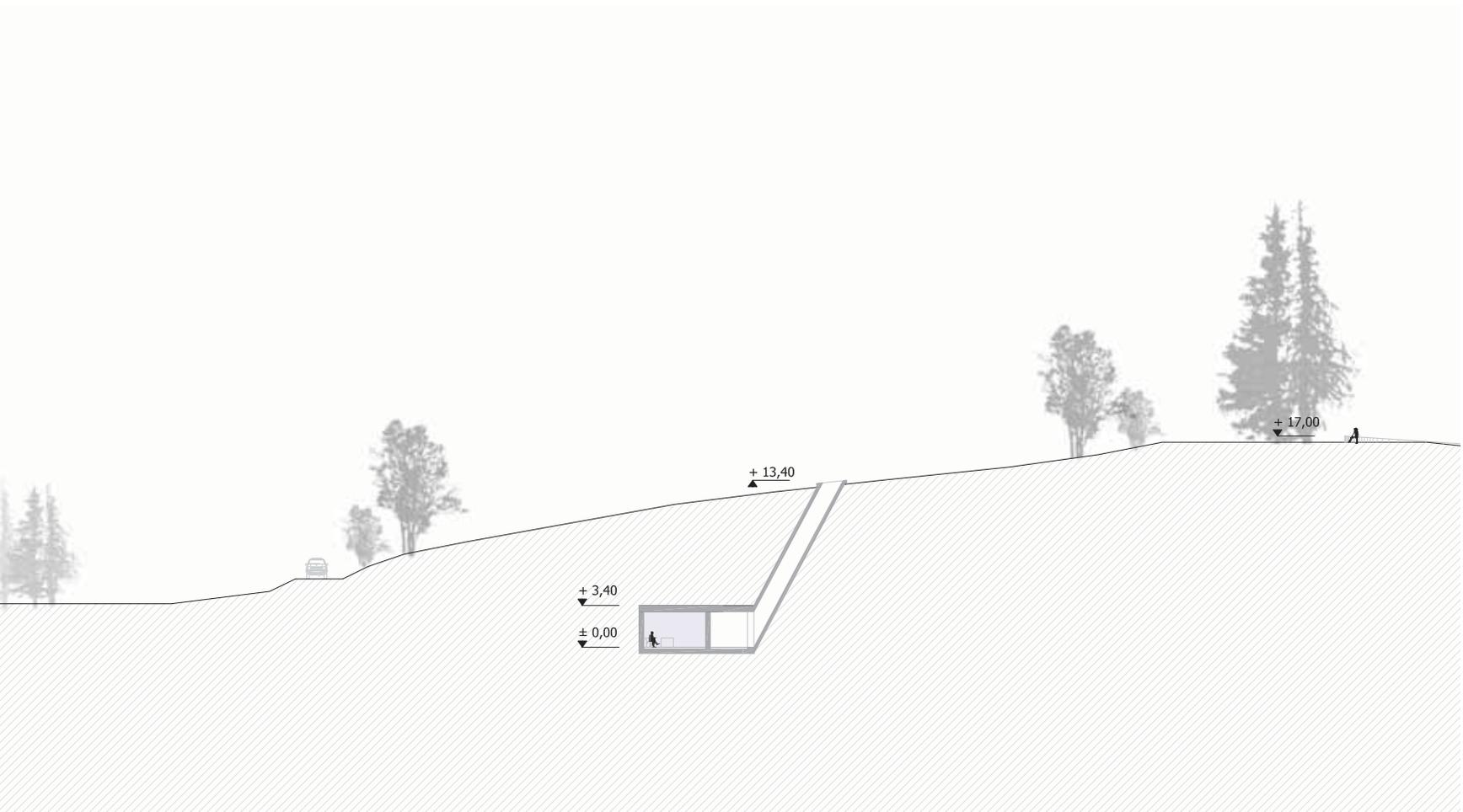


Sportbereich "Springen"

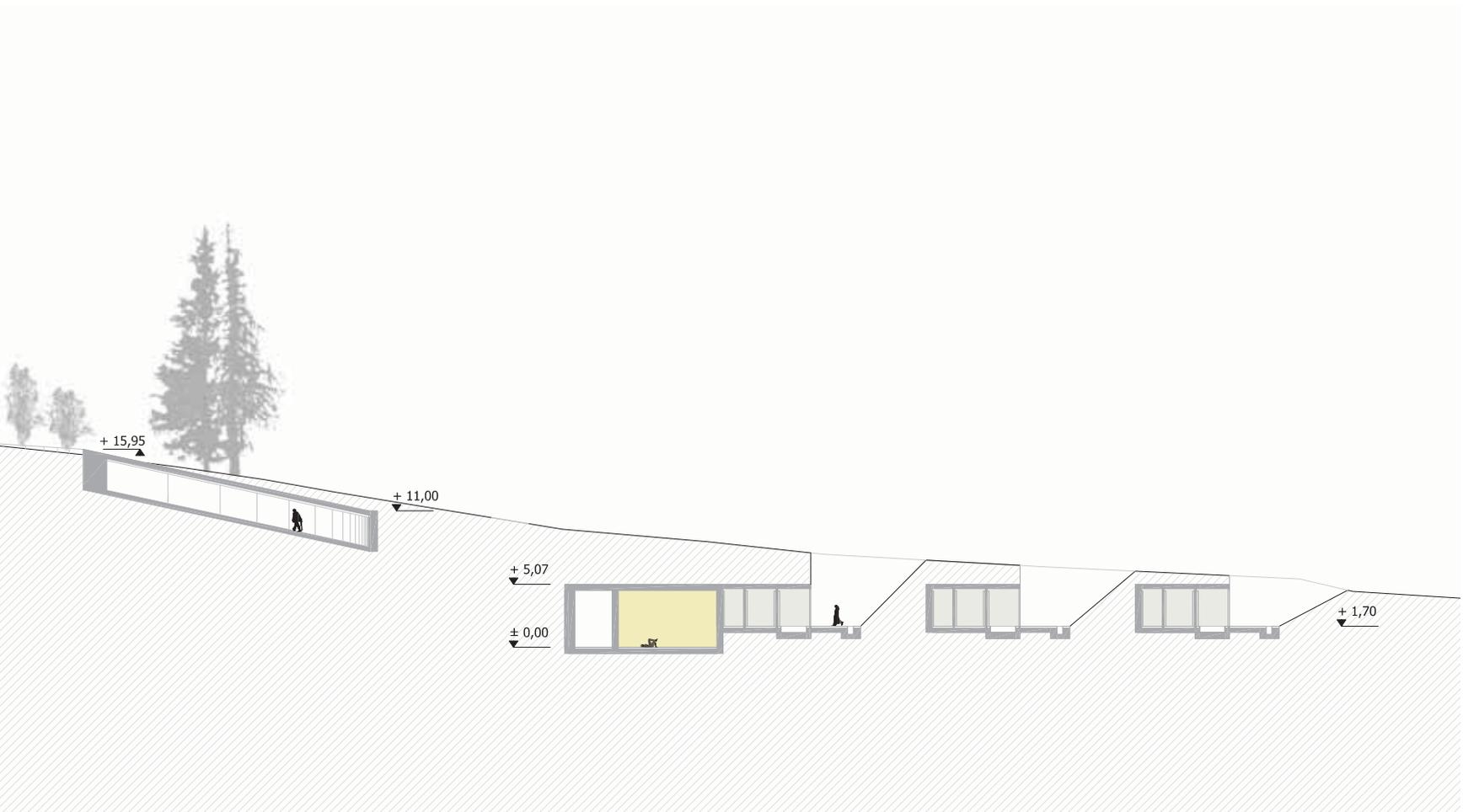


Schnitt H-H
1:500

0m 10m 50m

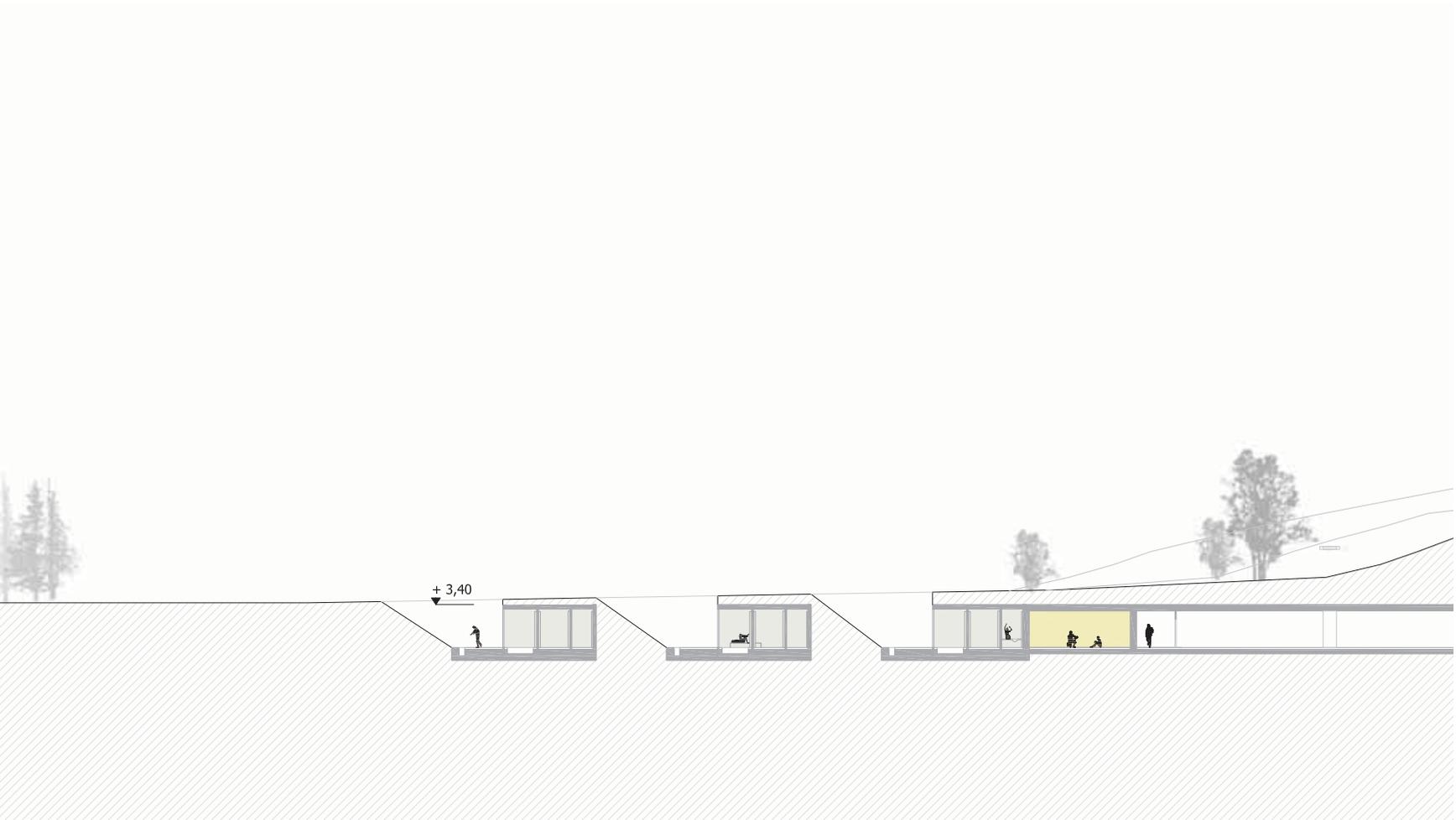


- Verwaltung
- Therapiesaal
- Zellen



Schnitt I-I
1:500

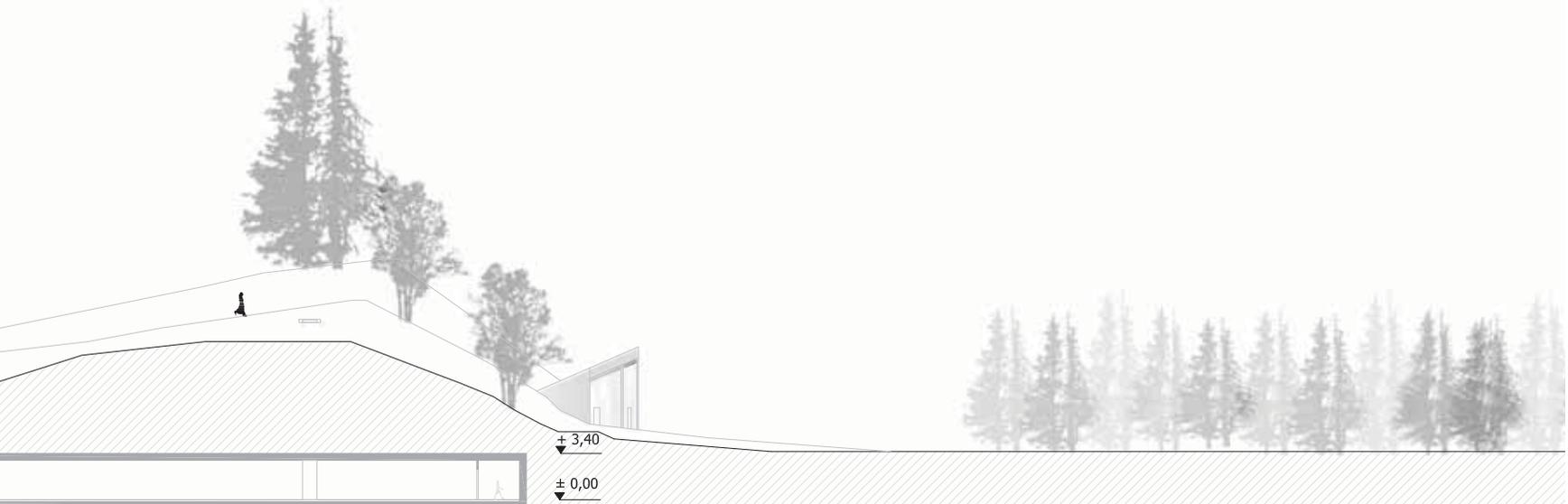
0m 10m 50m



Therapiesaal



Zellen



Schnitt J-J
1:500

0m 10m 50m

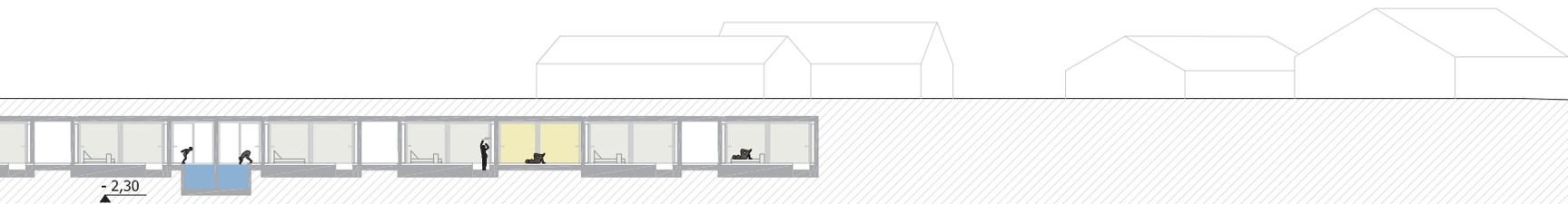


▲ + 3,40

▼ ± 0,00

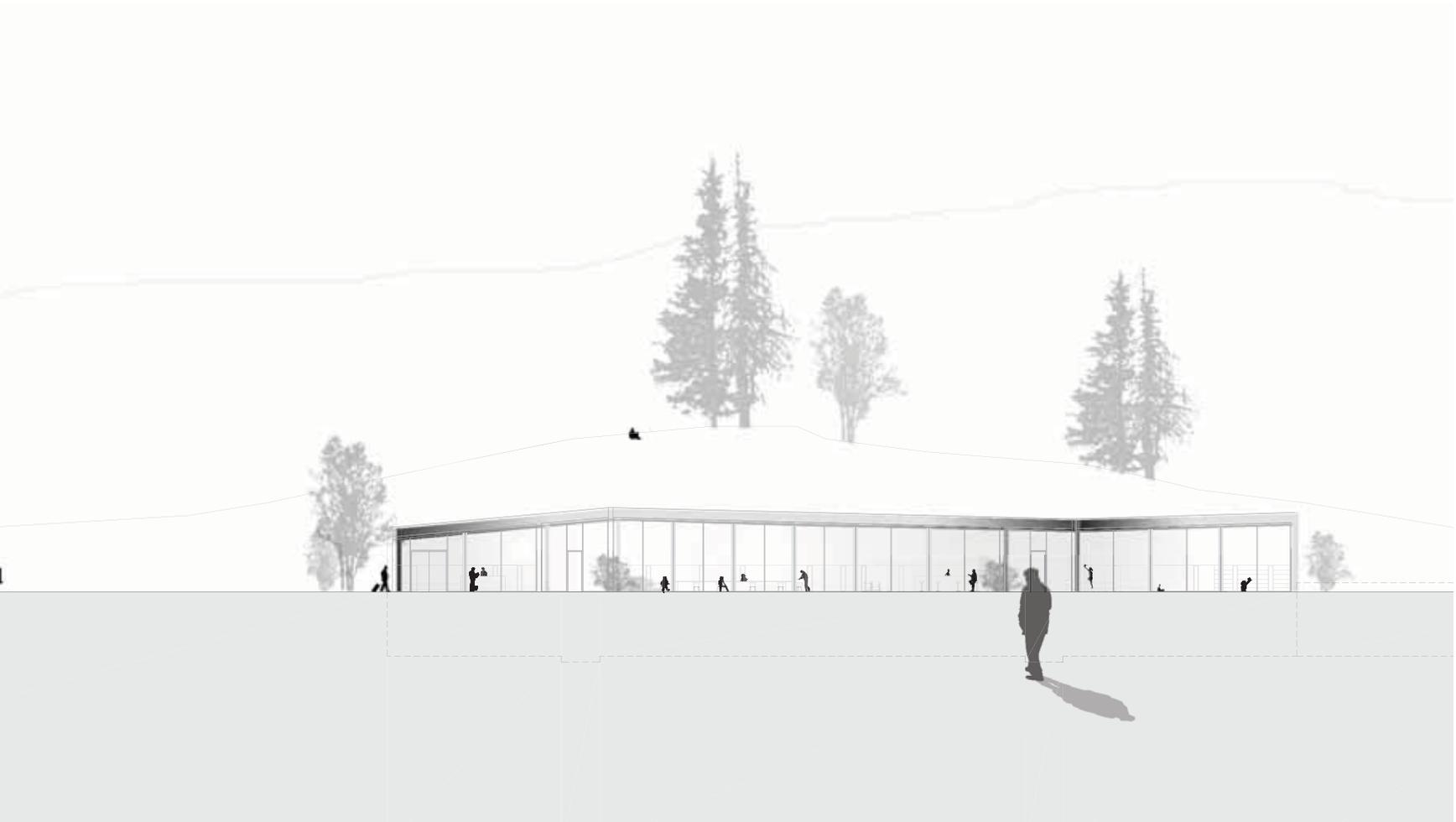


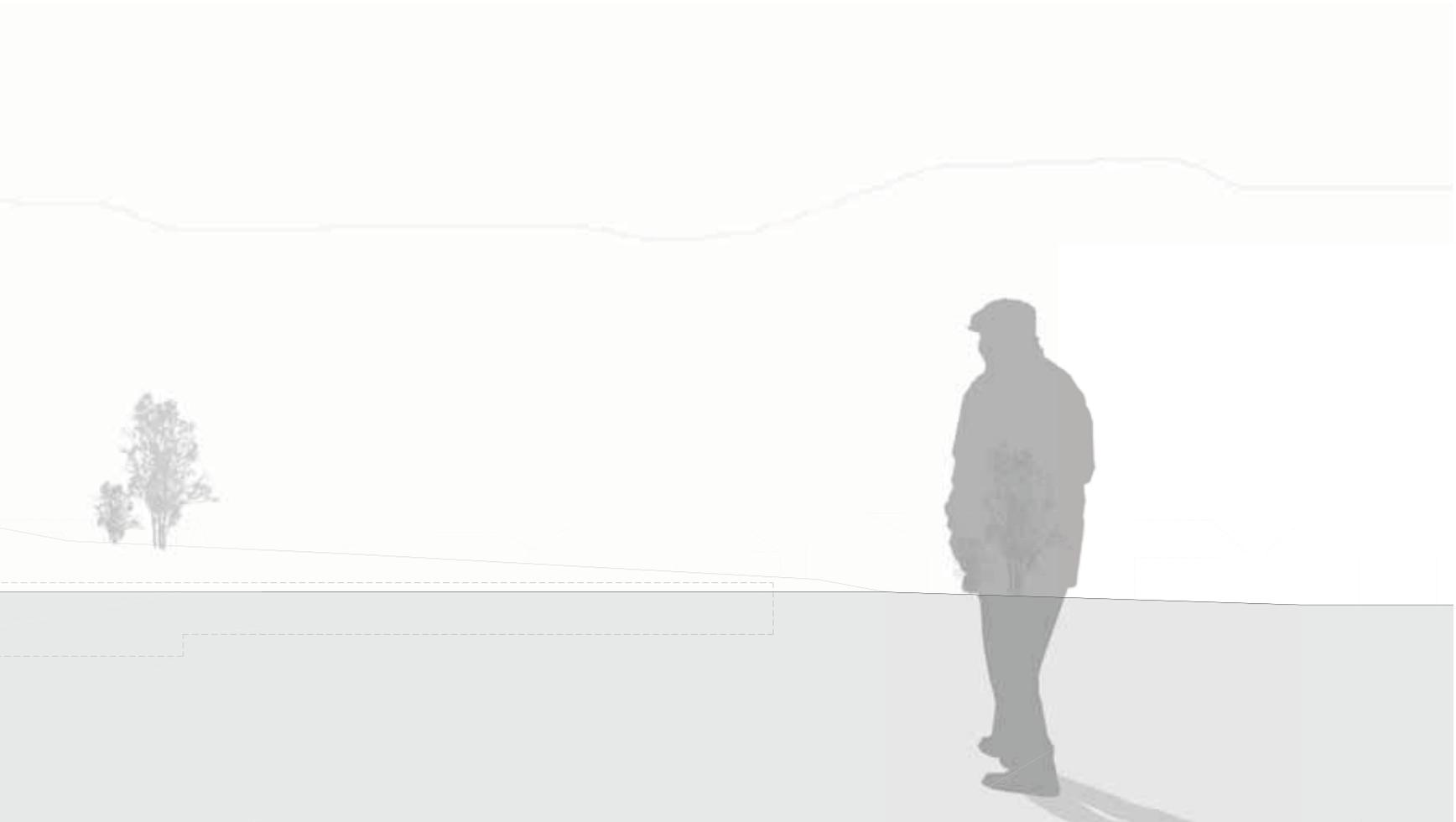
- Zellen 
- Sportbereich "Schwimmen" 
- Sportbereich "Springen" 
- Therapiesaal, Bibliothek 



Ansicht Süd
1:500

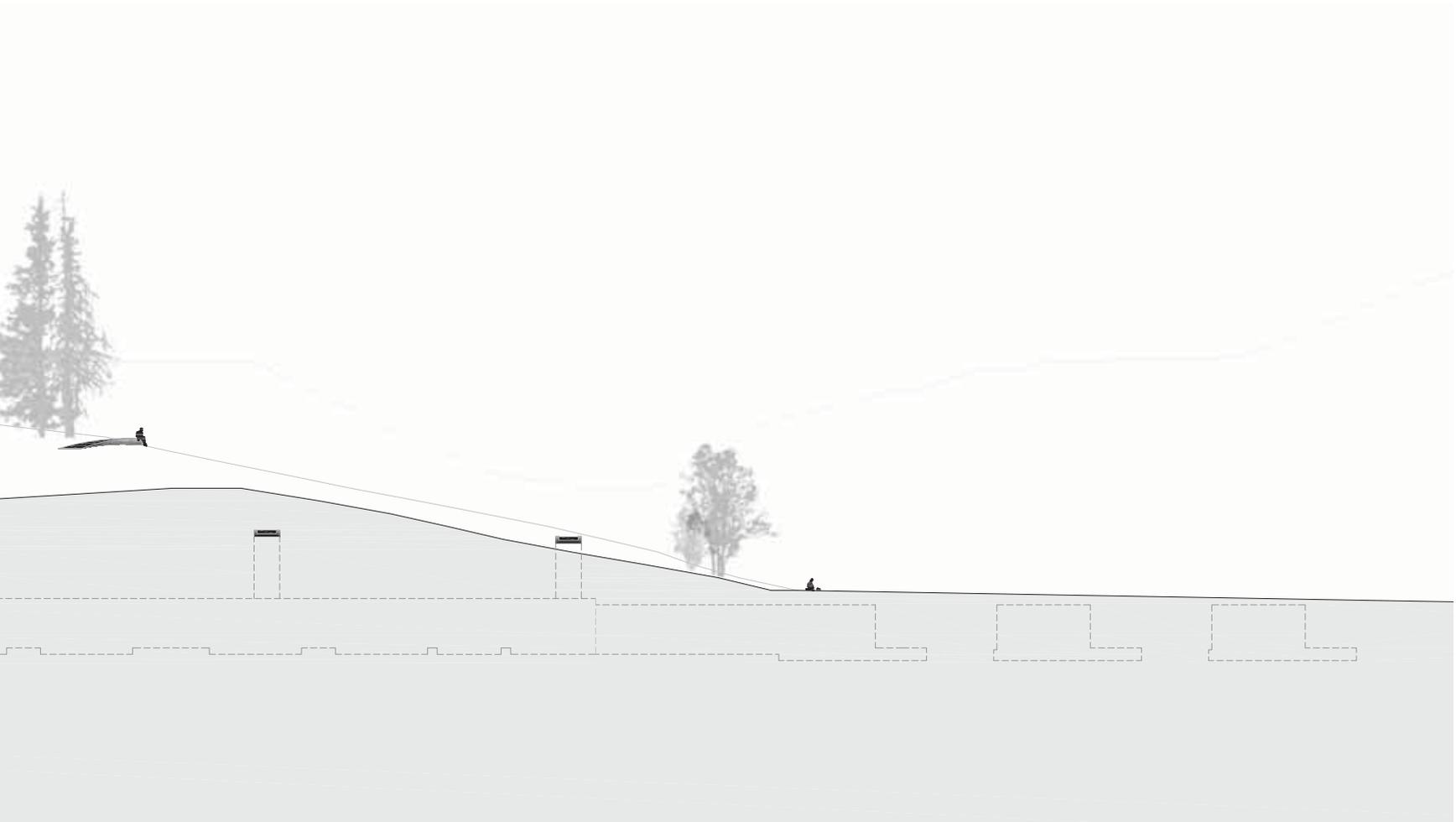
0m 10m 50m





Ansicht West
1:500





Ansicht Nord
1:500





Ansicht Ost
1:500





06.1 Raumsituationen

01 Der Empfang

Das puristische Konzept ist durch eine einfache Halle, die mit schlichten Sichtbeton versehen und nur im Bereich des Erdreiches durch ein Bruchsteinmauerwerk unterbrochen ist, sichtbar.

Das Bruchsteinmauerwerk soll die umgebene Landschaft spürbar machen.

Der Holzfussboden, ist farblich dem Sichtbeton angepasst und vermittelt eine wärmere und freundlicheren Atmosphäre.

Das Lichtkonzept wird in beinahe allen Räumen gleich ausgeführt und soll damit die Verbundenheit und Ruhe im Detail demonstrieren.

Die Beleuchtung erfolgt im gesamten Komplex auf indirekten Wegen.

Im Empfangsbereich umfasst ein Lichtkranz den Raum.



Gemeinschaftsbereich



^ Sichtbeton



^ Teilbereich
Bruchsteinmauer



^ Holzboden



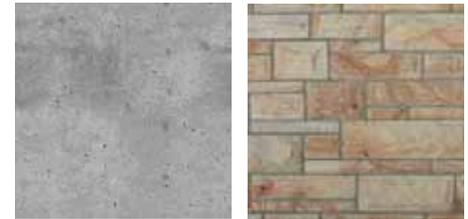
^ Schaubild **Empfang**

02 **Der Kreuzgang**

Der Verteiler- und Verweilraum ist durch die Einschnitte in das Gelände mit dem Außenraum verbunden. Er ist die Verbindungsstelle zu den privaten Räumen. Seine Materialität besticht durch den kahlen Sichtbeton.

Der Fußboden ist dem Außenraum angepasst und wurde als Natursteinboden konzipiert.

Das einheitliche Lichtkonzept der indirekten Beleuchtung wird im Bereich des Kreuzganges in Bodennähe platziert. Dadurch soll der Gast nicht nur wegweisend geleitet werden, sondern auch die Bedachtsamkeit des Konzeptes wider gespiegelt werden.



^ Sichtbeton

^ Natursteinbelag



^ Schaubild **Kreuzgang**

03 Die Zelle

Für den privaten Zimmerbereich ist aus Gründen der gezielten Therapie der Raum mit bestimmten Elementen versehen.

Elemente wie Wasser, Feuer, Erde oder Luft werden durch ein eingebautes Flammelement, einer eigenen Sauna, einem eingelassenen Badebereich, einer Bruchsteinmauer, einem warmen Holzdielenboden, der wenigen Sichtbetonflächen und einem direktem Zugang zum anliegendem Grün der bestehenden Topografie verdeutlicht.

Die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung.



^ Sichtbeton



^ Teilbereich
Bruchsteinmauer



^ Holzboden



^ Flamme



^ Wasser



^ Grünbereich



^ Schaubild **Zelle**

04 Die Schwimmhalle

Der Badebereich wird von Bruchsteinmauern, als geborgenes Element, eingefasst und besitzt einen kleinen Ruhebereich mit Fernblick.

Der Boden ist aus hygienischen Gründen ebenfalls aus dem Material Stein.

Die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung nahe dem Boden und Deckenbereich.



Konzipiert nur für eine Person



^ Sichtbeton



^ Teilbereich Bruchsteinmauer



^ Wasser



^ Schaubild **Schwimmhalle**

05 Der Sportbereich

Die Wände sind aus Bruchsteinmauerwerk, die Decke aus Sichtbeton und der Boden ist mit beschichteten Estrich verlegt.

Die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung nahe dem Boden- und Deckenbereich.



^ Sichtbeton



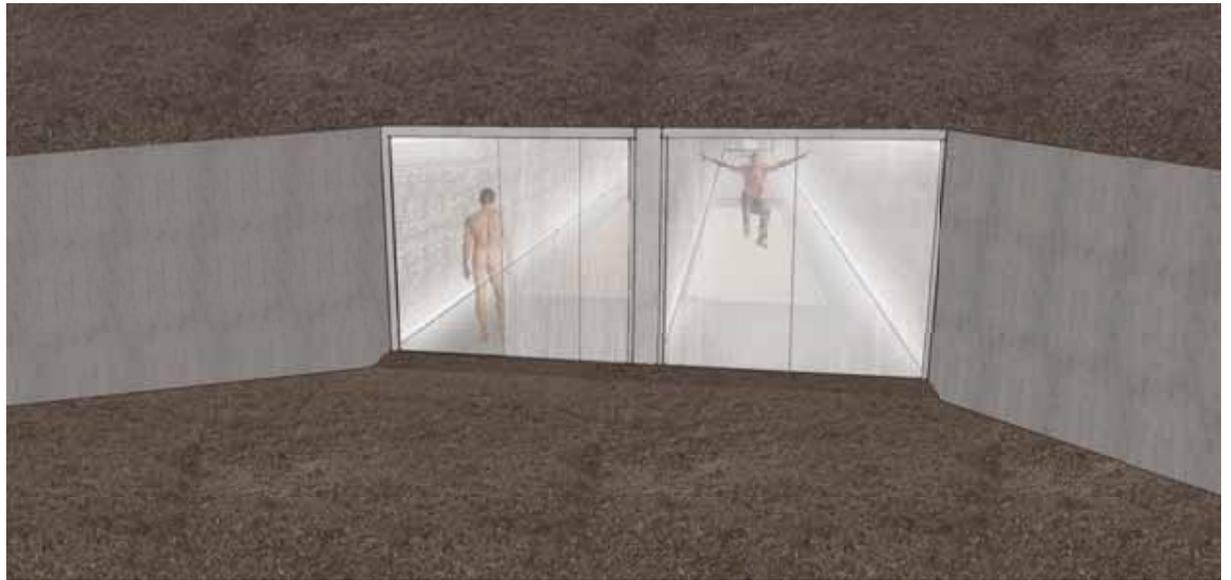
^ beschichteter Estrich



^ Bruchsteinmauer



^ Sand



^ Schaubild **Weitsprunganlage/Sportbereich**

06 Die Bibliothek

Die Wände bestehen aus Sichtbeton und sind im Bereich der Außenmauer teils mit Bruchsteinen versehen. Der Verlauf dieser Mauer zeigt das außen liegende Erdreich. Der Boden besteht aus Holzdielen und für das entspannungsvolle Lesen liegen einzelne Teppiche auf.

Die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung nahe dem Boden- und Deckenbereich.



Konzipiert als Gemeinschaftsraum



^ Sichtbeton



^ Holzboden



^ Teilbereich
Bruchsteinmauer



^ einzelner
Teppich



^ Schaubild **Bibliothek**

07 Der Restaurant / Cafe / Barbereich

Die Wände und die Decke bestehen aus Sichtbeton.

Der Boden besteht aus Holzdielen und die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung nahe dem Boden- und Deckenbereich.



Konzipiert als Gemeinschaftsraum



^ Sichtbeton



^ Holzboden



^ Schaubild **Restaurantbereich**

08 Die Großen Therapiensäle

Die Wände sind mit Bruchsteinen versehen, die Decke als Sichtbeton.

Der Boden besteht aus Holzdielen und für meditative oder Entspannungsübungen sind einzelne weiche Elemente vorgesehen.

Die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter Beleuchtung längs nahe dem Boden- und Deckenbereich.



Konzipiert als Gruppen- oder Einzelraum



^ Sichtbeton



^ Holzboden



^ Bruchsteinmauer



^ Liegeelement



^ Schaubild **Großer Therapiesaal**

09 Die kleinen Therapiensäle

Dieser Raum besticht durch eine klare und einfache Ausstattung. Wände und Decke sind aus Sichtbeton. Für meditative oder Entspannungs- Übungen sind einzelne weiche Elemente vorgesehen.

Der Boden besteht aus Holzdielen und die Beleuchtung erfolgt wiederum mittels indirekter kranzförmiger Beleuchtung nahe dem Boden- und Deckenbereich.



Konzipiert als Gruppen- oder Einzelraum



^ Sichtbeton



^ Holzboden



^ Liegeelement



^ Schaubild **Kleiner Therapiesaal**

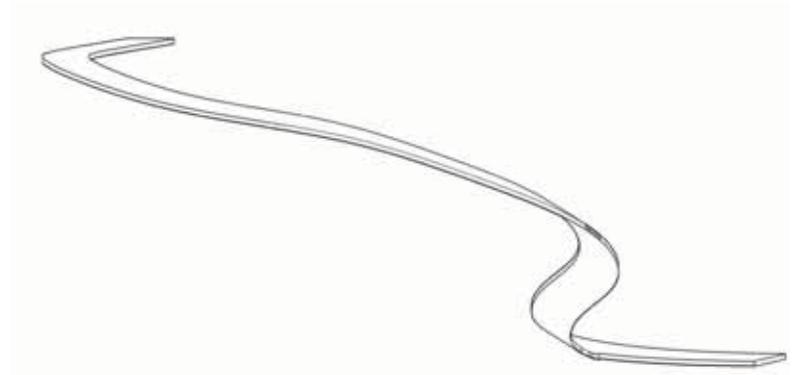
10 Der Meditationsweg

Er stellt die Verbindung zum Hügel dar und besitzt im Aufgang unterschiedlichste Elemente.

Auf seinem ca. 170m langen aufwärtsführenden Weg kommt man bei Sitzelementen aus Stein und Holz, Wasserelementen, Klangkunstinterventionen und installierten Naturelemente vorbei. Dieser Weg soll die fünf Sinne aktivieren.

Die Wände bestehen aus Bruchsteinen, der Weg aus verdichteten Erdreich und die Decke in spritzbeton Optik.

Die Beleuchtung wird wieder über indirektes Licht im Boden- und Deckenbereich entlang des Weges durchgeführt.



für den einzelnen Gast



^ Bruchsteinmauer



^ Spritzbeton



^ Wasser



^ Klang



^ verdichteter Weg



^ Geruch



^ Schaubild **Meditationsweg**

06.2 **Der Aussenbereich**

Das bestehende Gelände wird nur in wenigen Eingriffen modelliert. Die Umgebung soll sich nicht durch den Bau sichtlich verändert.

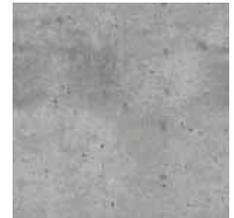
Durch die Lichteinschnitte entstehen gleichzeitig auch Sitzelemente, die aus schlichten Sichtbeton bestehen.

Sie haben nur eine geringe Höhe von 30-35 cm und sind vereinzelt im Gelände sichtbar.

Am Aussichtshügel hat man einen Fernblick auf den Hausberg "Mirnock" und dem Drautalgebirge.



^ Grünbereich



^ Sichtbeton



^ Schaubild **Aussenanlage/Lichtschlitz**

06.3 Die Fassade

Das im Süden befindliche Gemeinschaftsgebäude öffnet sich mit seiner Glasfassade ebenfalls in die Richtung des südlich gelegenen Waldstückes.

Die Offenheit der Fassade soll den Übergang zwischen Privat und Öffentlich symbolisieren. Noch ist hier das Leben des Hotels sichtbar, bevor man in die Tiefe der Anlage gelangt. Die Materialität der Außenhaut besteht aus schlichtem Sichtbeton und rahmt durch seine Formgebung den Gemeinschaftskomplex ein.

Der Außenraum wird spürbar in das Gebäude gezogen.

Das Gebäude kommt wie ein waches Auge aus dem privaten Bereich (bestehenden Gelände) und zeigt sich der Welt.

Einzelne minimalistische Bepflanzungen sind südlich des Komplexes vorgesehen, um den Gebäude eine natürliche Grenze zu geben.

Der ebenfalls im Süden befindliche Weg wird bekies.



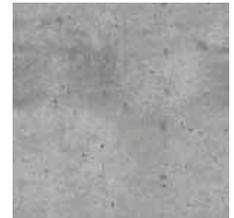
^ Grünbereich



^ Glas



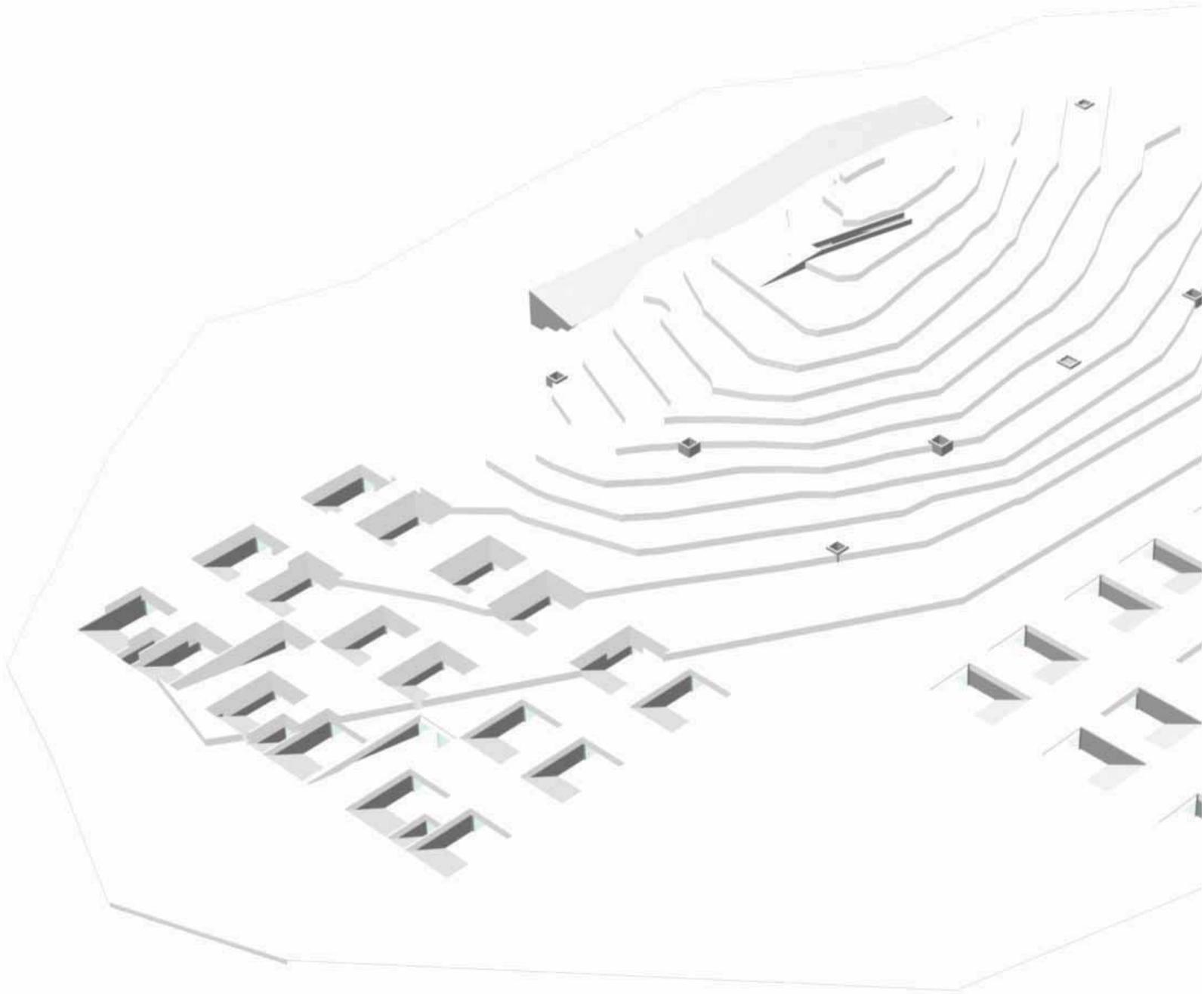
^ Kies

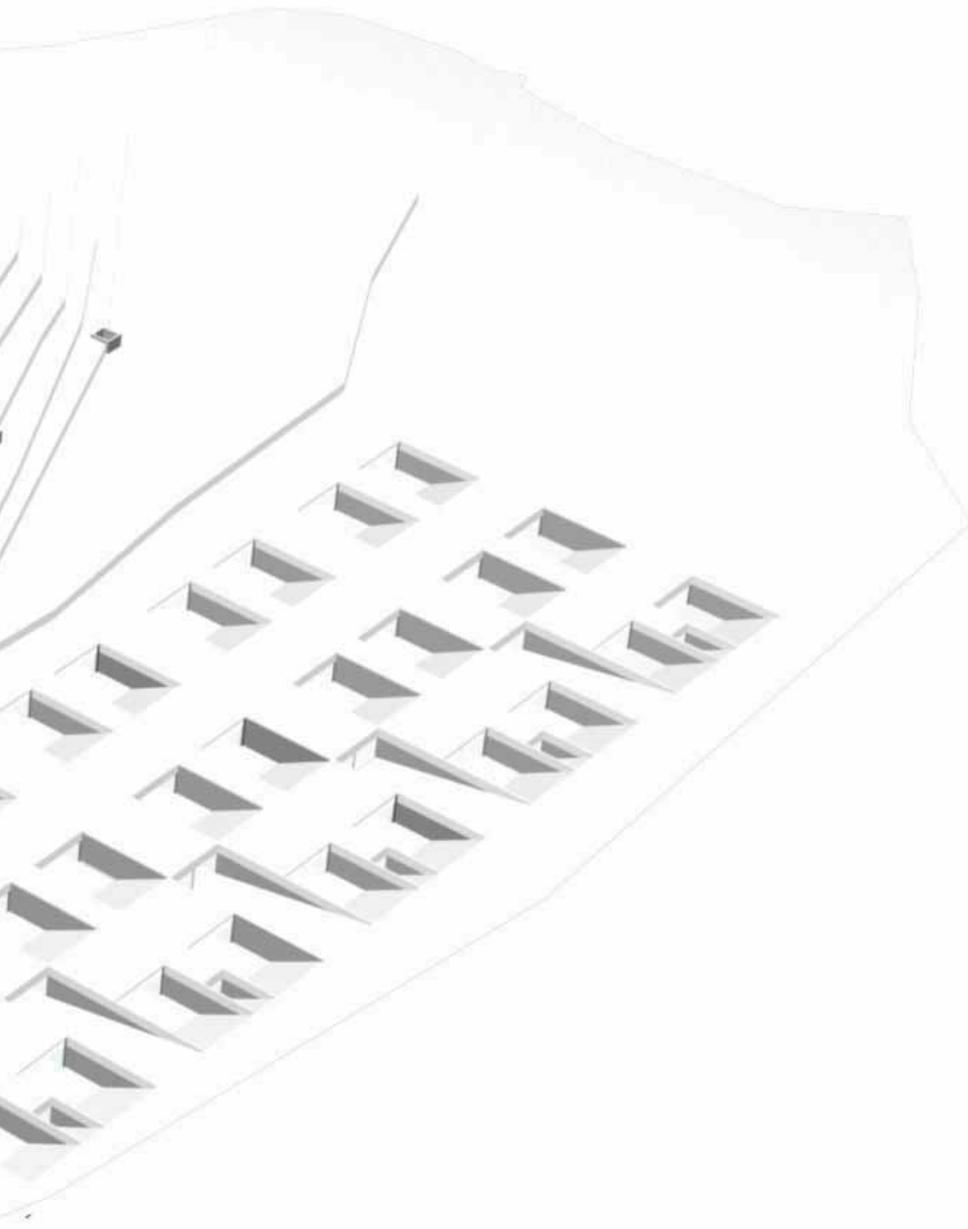


^ Sichtbeton



^ Schaubild **Aussenanlage**





07 ***Übersicht Recedentia***
< Blick in Richtung Süd - Westen

Recedentia

das Nachwort

Die Bedeutung des Titels beschreibt meine Arbeit in nur einem Wort.

„Ein Rückzugsort“ in lateinischer Sprache.

Erwüdig möchte es einen Ort beschreiben, der eine Kraft besitzt zu lernen und zu

wissen, welche Bedeutung Gleichgewicht im Leben hat;

jeder Mensch für sich in einer geborgenen Welt.

Literaturquellen

S**9** <http://de.wikipedia.org/wiki/Stress>; Uwe Träger, zum Hotelkonzept "NÄFÄSCH"

S**11** <http://de.wikipedia.org/wiki/Wellness>; Matthias Horx: http://www.horx.com/Zukunftstexte/Von_Wellness_zu_Selfness.pdf S**12** <http://members.aon.at/possnigg/pages/burnout/indexb-o.htm> S**14** http://www.arbeitsinspektion.gv.at/AI/Gesundheit/Belastungen/020_burnout.htm S**17** Matthias Horx, http://www.horx.com/Zukunftstexte/Von_Wellness_zu_Selfness.pdf S**19** http://www.deutschland-tourismus.at/DEA/kultur_und_erlebnis/spirituelles_reisen_kloester.htm S**22** <http://www.geo.de/GEO/reisen/49.htm> S**23** Anselm Grün, Petra Altmann, Klarheit, Ordnung, Stille, Mo-
saik bei Goldmann, 2009 S**24** <https://www.medicom.de/gesundheitsnews/die-seele-ein-geheimnisvolles-wesen>; <http://de.wikipedia.org/wiki/Ritual> S**27** Die Architektur
von Klöstern: Wie das klösterliche Leben den Gebäudebestand bestimmt, http://papsttum-mittelalter.suite101.de/article.cfm/die_architektur_von_kloestern#ixzz0eYv8s7pj

S**33** <http://www.stift-stpeter.at/seiten/moench.htm> S**36** Rolf Legler, Krezugänge:
Orte der Meditation, Köln DuMont, 1995 S**37** <http://www.frankreich-sued.de/Bauwerke/La-Tourette/La-Tourette.htm> S**38** <http://www.peterkulka.de/likecms/likecms.php?site=site.html&dir=&nav=-1&p=1&pthema=2&pid=1> S**39** Markus Hattstein,
Klöster - Spirituelle Orte des Galubens in aller Welt, Parragon S**43** Gerd-Lothar Re-
schke, http://architektur-ideenjournal.de/x_relig_arch.htm S**49** <http://www.geomix.at/oesterreich/K%E4rnten/Villach-Land/Fresach.html>; Uwe Träger zum Hotelkonzept
"NÄFÄSCH" S**51** <http://de.wikipedia.org/wiki/Fresach>; [http://134.76.163.162/fabian?Evangelisches_Dioezesanmuseum_\(Fresach\)](http://134.76.163.162/fabian?Evangelisches_Dioezesanmuseum_(Fresach)); <http://www.geomix.at/oesterreich/K%E4rnten/Villach-Land/Fresach.html>

Bildquellen

S **12** Abb. <http://www.google.com/images> S **13** Abb. <http://www.google.com/images> S **15** Abb. <http://www.saidaonline.com> S **18** Abb. <http://de.img.seen.by/user/tom-roeler/img/h596/moench.jpg> S **20** Abb. <http://www.lifepr.de/pressemeldung-ungen/kloster-hornbach/boxid-55340.html>; © Reto Guntli S **23** Abb. <http://www.aoel.at/Bilder/Klosterzelle.jpg> S **25** Abb. <http://www.schulbilder.org/schweigen-t13372.jpg> S **29** Abb. <http://static.panoramio.com/photos/original/1214674.jpg> S **32** Abb. <http://www.gloorontour.ch/images/p1020072.jpg> S **33** <http://de.academic.ru/pictures/dewiki/98/bibliothek-hzb.jpg> S **34** Abb. http://www.landeskirche-braunschweig.de/uploads/pics/Kreuzgang1_02.jpg S **35** Abb. Alpirsbach, ehem. Kloster, Grundriss S **36** Abb. http://de.academic.ru/pictures/dewiki/83/St_Genis_Kreuzgang_3.JPG S **37** Abb. <http://www.flickr.com/photos/electricputty/3480037502/in/photostream/> S **38** Abb. Keith Collie, Lukas Roth; Abb. <http://www.peterkulka.de/>; Abb. http://www.koenigsmuenster.de/abtei+k%C3%B6nigsm%C3%BCnster/linkes_menu/haus-der-stille/haus/?oldcat= S **39** Abb. <http://static.panoramio.com/photos/original/23877550.jpg> S **42** Abb. http://images.suite101.com/353669_de_moschee2.jpg; Abb. http://lh5.ggpht.com/_B93ucPz-ReA/SG-xX2PqbCI/AAAAAAAAABK8/ejsCCu9NgJ8/Zen+Garten++Kencho-ji+2.JPG S **43** Abb. <http://www.arbeit-in-spanien.info/lachender-buddha.JPG> S **48** Abb. <http://static.panoramio.com/photos/original/15683029.jpg> S **49** Abb. <http://www.millstaettersee.at/orte/ausflugsziele/natur-und-umgebung/krebswandermeile.htm> S **50** Abb. http://www.kleinezeitung.at/mmt_scaled/upload/images/large/pic_39151.jpg S **51** Abb. http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/7/77/Fresach_Di%C3%B6zesanmuseum_Bethaus_12052008_01.jpg

Danke

an alle unterstützenden Kräfte

Deutsche Fassung:
Beschluss der Curricula-Kommission für Bachelor-, Master- und Diplomstudien vom 10.11.2008
Genehmigung des Senates am 1.12.2008

EIDESSTATTLICHE ERKLÄRUNG

Ich erkläre an Eides statt, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst, andere als die angegebenen Quellen/Hilfsmittel nicht benutzt, und die den benutzten Quellen wörtlich und inhaltlich entnommene Stellen als solche kenntlich gemacht habe.

Graz, am
(Unterschrift)

Englische Fassung:

STATUTORY DECLARATION

I declare that I have authored this thesis independently, that I have not used other than the declared sources / resources, and that I have explicitly marked all material which has been quoted either literally or by content from the used sources.

.....
date

.....
(signature)