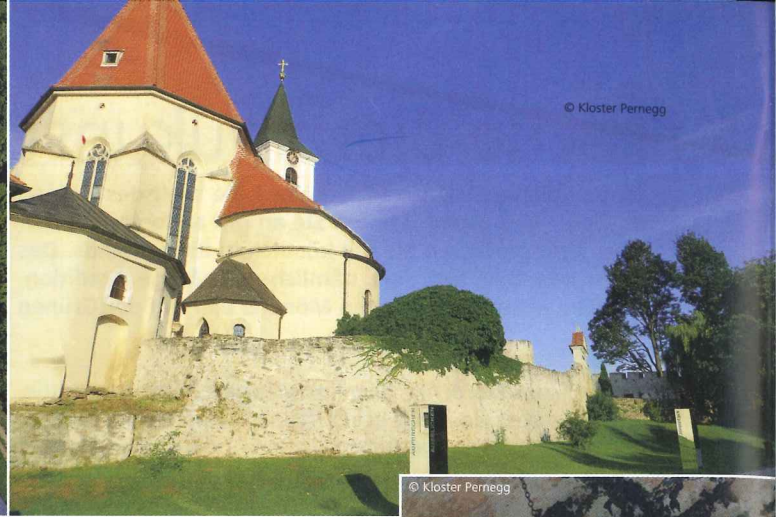




© Tom Fröhlich



© Kloster Pernegg



© Rita Newman



© Kloster Pernegg



© Kloster Pernegg

Kloster Pernegg

Interview mit dem GF Klaus Rebernick, der für den größten Fastenanbieters in Österreich, das Kloster Pernegg, verantwortlich zeichnet.

Bahnmax: Seit wann und warum setzt das Kloster Pernegg derart stark auf das Fastenangebot?

Rebernick: Eigentlich von Anfang an. Fastenurse gibt es im Kloster Pernegg schon seit 1992. Wir setzen deshalb so stark auf das Fastenangebot, weil die letzten Jahre gezeigt haben, dass die Nachfrage nach Zeit für den bewussten Umgang mit sich selbst, in Verbindung mit gesunder Ernährung und Gewicht-Abnahme, ein immer stärkeres Thema wird.

Gibt es heute wirklich mehr Menschen, die fasten wollen, als noch vor ein paar Jahren?

Rebernick: Ja. Ich habe 2004 mit 300 Fastengästen im Jahr begonnen. Heute sind es 1.600. Das hat sich komplett gedreht. Während sich Fastenbegeisterte vor 10 Jahren Dinge sagen lassen mussten, wie: „Viel Geld zahlen, um nichts zu Essen zu bekommen“, und belächelt wurden, ist es nun sozial vertretbar und sogar „in“ zu sagen: „Ich tue etwas für mich und das ganzheitlich.“

Was sind die Beweggründe Ihrer Gäste, eine Fastenwoche zu machen?

Rebernick: Es geht um Rückzug, Besinnung, Stille, Nachdenken können über sich und sein Tun, endlich wieder einmal Zeit zu haben für sich selbst. Nichts leisten zu müssen und als Mensch wahrgenommen zu werden – das erfahren unsere Gäste im Kloster Pernegg. Es ist weniger das Abnehmen. Das ist ein Grund, aber sicher nicht der Hauptgrund. Auch das Gruppenerlebnis unterstützt und ist Motivation wieder zu kommen

Wer interessiert sich für einen Fastenurlaub - erkennen Sie hier eine Tendenzen?

Rebernick: Früher, vor 10 Jahren, war es klarer eine Linie zu ziehen. Da waren die Gäste weiblich, älter als 50. Heute gibt es das spezielle Fastenklientel nicht. Unsere Gäste sind zwischen 25 und 70 beiderlei Geschlechts. Wir haben Spitzenmanager, Künstler,

Kreative, Personen aus der zweiten Führungsebene, Menschen aus Sozialberufen und Lehrer. „Wissensarbeiter“ die unter zunehmendem Zeit-, Informations- und Entscheidungsdruck stehen.

Gibt es unterschiedliche Gäste in den verschiedenen Angeboten?

Rebernick: Fasten birgt in sich einen ganzheitlichen Ansatz. Wir haben verschiedene Angebote: Saft-/ Suppenfasten ist vielleicht die extremste Form „Nahrungs-“ Verzicht zu üben. Viele kennen in der Zwischenzeit diese Methode und wollen sie daher auch bewusst in der Gruppe und im Kloster erleben. Wir bieten auch Basenfasten und Veganfasten an. Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die wegen gesundheitlicher Einschränkungen (Bluthochdruck, Diabetes, etc.) nicht Saft- Suppenfasten dürfen. Das Interesse an gesunder Ernährung ist grundsätzlich sehr groß. Es gibt hier keine Unterschiede.

Wie viele Gäste finden durch die Fastenwochen zu Gott?

Rebernick: Weiß ich nicht. Ich denke grundsätzlich, dass jeder Mensch spirituell ist und eine gewisse Sehnsucht nach Antwort in sich trägt. Eine Klosteranlage ist per se ein spiritueller Ort. Ich denke hier kann man gut in „die Antworten hineinleben“.

Gibt es Menschen, die während der Fastenwoche auch auf digitale Medien oder andere Dinge verzichten wollen?

Rebernick: Ja. Wir unterstützen das auch. Es gibt keine Telefone und keine Fernseher in den Zimmern. WLAN gibt es nur im Rezeptionsbereich verfügbar. Beim Essen, bzw. in der Gruppe sollte nicht telefoniert werden. Verzicht wird in der Zeit des Überflusses in allen Bereichen immer wichtiger. Alles ist freiwillig – nichts wird vorgeschrieben.

Bahnmax: Herzlichen Dank für das Gespräch!