



Entspannen im Kloster

Willkommen in einer anderen Welt!

Zwar stammt die Bezeichnung „Kloster“ vom lateinischen Wort „claustrum“, das „verschlossener Ort“ bedeutet, jedoch verschließen sich die heute noch bestehenden Klöster im mitteleuropäischen Raum keineswegs Gästen, die innere Einkehr suchen und dem hektischen Treiben des modernen Lebens für eine Weile entfliehen wollen.

Von alters her waren Klöster nicht nur Orte des Gebetes, sondern auch Zentren der Bildung und Wissenschaft sowie der Bewahrung handwerklicher und landwirtschaftlicher Traditionen. Die Heil- und Kräuterkunde spielte ebenfalls schon immer eine bedeutende Rolle in der klösterlichen Geschichte.

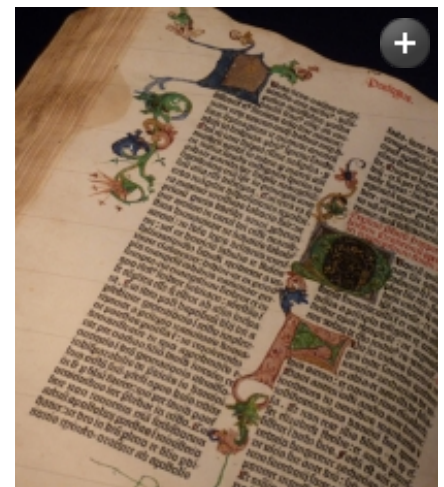


Klosterkirche Maria Laach

Aber auch – und nicht zuletzt – die Gastfreundschaft und damit verbunden die Bereitschaft, ein „offenes Haus“ zu führen, in dem sich auch Fremde willkommen fühlen, war einst und ist auch heute noch ein Anliegen vieler Klöster. In ungezwungener Atmosphäre freundlich aufgenommen zu werden und ein offenes Ohr für die Nöte und Sorgen des Alltags zu finden, ist für viele Menschen von unschätzbarem Wert.

In Mainz und der Region ...

In Rheinland-Pfalz – rund um Mainz – und im benachbarten Hessen gibt es einige



Alte Schriften statt iPhone & Co.? Entspannen im Kloster.

Mehr über Klöster in Rheinland-Pfalz

Das Gebiet des heutigen Rheinland-Pfalz ist reich an Kulturdenkmälern. Dazu zählen vor allem Klöster und Stifte, welche gleichermaßen beliebte Ziele für Kultur- und Ausflugstouristen sind.

Wer sich über die in unserem Artikel aufgeführten Informationen hinaus für die Klöster interessiert, findet unter anderem bei "Klosterlexikon Rheinland-Pfalz" weitere Informationen.

Das Projekt, verbindet Historisches und Kunsthistorisches mit Angaben zu touristischen Angeboten.

www.klosterlexikon-rlp.de

Klöster, die ihre Pforten für Gäste öffnen – sei es, um sie am klösterlichen Leben teilhaben zu lassen oder auch als Ort der Erholung und Entspannung, der es mit den Wellnessangeboten eines Komforthotels aufnehmen kann.

Wir haben einige für Sie gefunden, die in einer Tagestour von Mainz aus bequem zu erreichen sind.

Kloster Arenberg

Ein Beispiel für christliche Gastfreundschaft ist das Kloster Arenberg bei Koblenz. Der Wahlspruch der Arenberger Dominikanerinnen lautet „Erholen – Begegnen - Heilen“. Bereits im Jahre 1868 hatten vier Nonnen damit begonnen, das spätere Kneipp-Sanatorium aufzubauen. Heute werden Erholungssuchende in 59 Einzel- und 20 Doppelzimmern des 2003 eröffneten neuen Gästehauses komfortabel untergebracht.

Ein Pastoralpsychologe bietet Kurse und Seminare zu speziellen Themen an, wie zum Beispiel der Verarbeitung von Lebenskrisen, Umgang mit Konflikten, Zeitmanagement und Lebensplanung oder Stressabbau, Meditation und Orientierung in der zweiten Lebenshälfte.

Das eigens entwickelte ganzheitliche Konzept sorgt nicht nur für spirituelle Betreuung der Gäste, sondern auch für deren körperliches Wohlbefinden. Neben der Möglichkeit der Benutzung hauseigener Einrichtungen wie Schwimmbad, Sauna, Fitnessraum und Solarium gibt es Angebote wie Nordic Walking, Atem- und Entspannungstherapie, Fußreflexzonenmassage und Informationen über ausgewogene Ernährung und die Wirkungsweise heimischer Kräuter aus dem Klostergarten.

Ausführliche Informationen findet man hier:

Kloster Arenberg
Cherubine-Willimann-Weg 1
56077 Koblenz
Telefon 0261 / 6401 - 2090
www.kloster-arenberg.de

Benediktinerabtei Maria Laach

Nur ca. 40 km von Arenberg entfernt befindet sich die Benediktinerabtei Maria Laach. Hier in der Vulkaneifel, umgeben von Wäldern und Feldern, findet man die vor über 900 Jahren erbaute romanische Abteikirche mit dem dahinter liegenden Klosterkonvent direkt am Laacher See. Mit ca. 3,3 km² Fläche ist er der größte See in Rheinland-Pfalz.

Tage der Stille und Besinnung können Besucher im Gastflügel der Abtei verbringen. Gemeinsam mit den Mönchen nehmen die Gäste ihre Mahlzeiten ein und sie sind auch eingeladen, an den Gottesdiensten in der Kirche teilzunehmen. Ebenfalls angeboten werden Exerzitienkurse, Besinnungswochenenden und die Tage „Zu Gast im Kloster“.

In der Abtei Maria Laach, zu der Gärtnerei, Buch- und Kunsthandlung, Schmiede, Bildhauerei, Glockengießerei, Fischerei und Obstbau gehören, leben etwa 50 Benediktiner. Im Klosterladen gibt es neben frischem Fleisch aus eigener Tierhaltung, Gesundem aus Getreide, Obst und Gemüse bis hin zu Wein und Säften aus eigener Produktion auch kunsthandwerkliche Produkte und Geschenkartikel zu kaufen.

Benediktinerabtei Gastpatres

Mehr Erholung in Mainz und der Region?

Unser Anbieterverzeichnis weist Ihnen den Weg zu vielen gesundheits- und wellnesorientierten Hotels in unserer Region.

[Direkt zum Anbieterverzeichnis geht es hier.](#)

56653 Maria Laach
Fax: 02652 / 59-282
guests@maria-laach.de
www.maria-laach.de

Übrigens: Entspannung und Erholung findet man natürlich auch im direkt neben der Abteikirche und der Klosteranlage gelegenen Seehotel Maria Laach. Das Gebäude wurde 1865 als Gästehaus des Klosters errichtet und ist bis heute ein Wirtschaftsbetrieb der Abtei. Das 4-Sterne-Haus besitzt 69 komfortable Zimmer, teils mit Seeblick.

Von hier aus kann man Wanderungen durch das Laacher Naturschutzgebiet unternehmen, den See mit einem Boot erkunden oder per Fahrrad die Gegend „erobern“.

Seit einiger Zeit verfügt das Seehotel sogar über ein eigenes Standesamt. Die kirchliche Trauung kann dann gleich nebenan in der berühmten Abteikirche stattfinden, die wegen ihrer einzigartigen Atmosphäre sehr beliebt ist.

www.seehotel-maria-laach.de

Ursulinenkongregation Calvarienberg Ahrweiler e.V.

35 km weiter nördlich von Maria Laach im romantischen Ahrtal liegt das Städtchen Ahrweiler. Auf dem Calvarienberg über der Stadt befindet sich die Mitte des 17. Jahrhunderts erbaute Klosterkirche mit dem angrenzenden Klostergebäude, das seit 1838 von Ursulinen bewohnt wird und das sie um die Schulgebäude und das „Geistliche Zentrum“ erweitert haben. Ein barocker Kreuzweg aus dem Jahr 1732 führt auf den Berg hinauf. Seit 1996 ist er Bestandteil des „Atlas der europäischen Heiligen Berge, Kreuzwege und Andachtsstätten“.

Die Ursulinenkongregation Calvarienberg Ahrweiler e.V. betreibt hier ein koedukatives Gymnasium, eine Realschule für Mädchen sowie ein Internat und ein Tagesinternat.

Im Geistlichen Zentrum des Klosters haben alle Interessierten die Möglichkeit, an Exerzitien, Besinnungs- oder Einkehrtagen und an „Tagen der Stille“ teilzunehmen. Interessentinnen können sich für den Eintritt in das „Kloster auf Zeit“ anmelden.

Für geschlossene Gruppen (Frauengemeinschaften, Schulklassen der ordenseigenen Schulen oder Studentengemeinden) besteht ebenfalls die Möglichkeit, die Einrichtung zu nutzen.

Kontakt kann man hier aufnehmen:

Ursulinenkongregation Calvarienberg Ahrweiler e.V.
Kalvarienbergstr.50
53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler
info@ursulinen-calvarienberg.de
www.calvarienberg.info

Benediktiner Kloster Jakobsberg

Das Kloster Jakobsberg liegt hoch über dem Rheintal oberhalb der Gemeinde Ockenheim. Seit über 250 Jahren ist die Kapelle zu den Vierzehn hl. Nothelfern ein beliebter Wallfahrtsort. Eine kleine Gemeinschaft von Mönchen aus der Erzabtei der Missionsbenediktiner von St. Ottilien sowie einige Benediktinerinnen sind hier tätig. Ihr besonderes Anliegen ist die Betreuung der Wallfahrer und die religiöse Jugend- und Erwachsenenbildung.

Das ans Kloster angrenzende Naturschutzgebiet ist geprägt durch seine Artenvielfalt und lädt Gäste zu kürzeren und auch ausgedehnten Spaziergängen ein. Direkt vom Kloster aus führt ein ca. 3 km langer Rundweg oberhalb der Gemeinde Ockenheim entlang. Etwa 6 km muss man zurücklegen, wenn man die Ortschaft mit einschließen will. Beide Wege führen zum Friedenskreuz auf dem „Ockenheimer Hörnchen“, wo sich dem Wanderer ein herrlicher Blick über die abwechslungsreiche Landschaft bietet.

Auch das Klostergelände selbst ist für Besucher abwechslungsreich und interessant. Einmalig ist die vor allem die Weinlaube neben dem Kloster. Hier gewinnt der Betrachter einen Überblick über Aussehen, Form und Farbe von über 120 verschiedenen Rebsorten.

Im Kloster Jakobsberg werden ganzjährig Exerzitien, Einkehrtage und Fortbildungsveranstaltungen angeboten. Auch Einzelgäste können Ruhe und Erholung finden. Die zehn Benediktinermönche, die den Jakobsberg bewohnen, verstehen sich als Gesprächspartner und Wegbegleiter für suchende und fragende Menschen. Eine Zeit der Ruhe und Besinnung in klösterlicher Atmosphäre trägt zur Erholung bei und kann zu einer Kraftquelle für den Alltag werden.

Zur Übernachtung stehen Einzel- und Doppelzimmer zur Verfügung, alle sind mit Dusche, WC und Telefon ausgestattet.

Der Jakobsberger Klosterladen hält religiöse Literatur, Kinder- und Jugendbücher sowie eine Vielzahl an Geschenkbüchern bereit. Es gibt ein großes Kerzensortiment für viele Anlässe und nicht zuletzt Produkte aus fairem Handel mit Entwicklungsländern.

Weine, Traubensaft und Pralinen stammen aus dem Klosterweingut. Der Verkaufserlös kommt Missionsprojekten in aller Welt zugute.

Kloster Jakobsberg

55437 Ockenheim

Telefon: 06725 / 304-0

Fax: 06725 / 304-100

mail@klosterjakobsberg.de

www.bistummainz.de/einrichtungen/bildungshauser/jakobsberg

Benediktinerabtei St. Matthias

In der Trierer Abtei St. Matthias leben – mit Unterbrechungen - seit der Spätantike Mönche. Die romanische Basilika ist eine bedeutende Pilgerstätte.

Hier wird seit dem 12. Jahrhundert das Grab des Apostels Matthias verehrt, das einzige Apostelgrab auf deutschem Boden und nördlich der Alpen.

Derzeit leben 17 Mönche in der Abtei. Ihre Aufgaben liegen in der Pfarreseelsorge, der Betreuung der Pilger zum Apostelgrab, der Aufnahme von Gästen, gesellschaftlichen und ökumenischen Aufgaben sowie handwerklicher und wissenschaftlicher Arbeit.

Auf dem Gelände der Abtei befinden sich Übernachtungsmöglichkeiten für Gäste und Pilger, die einige Tage hier verbringen möchten. Die Aufnahme von Gästen gehört zum Alltag der Mönche und sie ermöglichen den Besuchern die Teilnahme an ihrem Leben. Auch zu den Gottesdiensten der Gemeinschaft sind die Gäste eingeladen. Während des Aufenthaltes kommt zwei Mönchen die Aufgabe zu, Ansprech- und Gesprächspartner für die Besucher zu sein.

Benediktinerabtei St. Matthias

Matthiasstraße 85
54290 Trier
Telefon: 0651 / 1709-0
Fax: 0651 / 1709-243
Gaesteempfang@AbteiStMatthias.de
www.abteistmatthias.de

Franziskanerkloster Marienthal

Das Franziskanerkloster Marienthal im Rheingau am Südhang des Taunus liegt nur etwa 40 km von Mainz entfernt und zählt zu den ältesten deutschen Wallfahrtsorten.

Bereits im Jahre 1313 wurde hier eine Kapelle errichtet. Nach wechselvoller Geschichte übernahmen die Franziskaner 1873 den altehrwürdigen Wallfahrtsort. Heute engagieren sie sich in der Seelsorge am Wallfahrtsort und in den Gemeinden der Umgebung, sie leisten seelsorgerische Arbeit mit Jugendlichen und Erwachsenen und kümmern sich um das Kloster, die Kirche und den dazugehörigen Garten.

„Kloster zum Mitleben“

Die Gemeinschaft der Franziskaner bietet Menschen, die sich für franziskanische Spiritualität interessieren, die Möglichkeit, einige Tage oder ein Wochenende im Kloster Marienthal in der Gemeinschaft der Brüder mit zu leben. Wer das „Klosterleben auf Zeit“ mit den Mönchen teilen möchte, lebt mit ihnen im gleichen Haus, isst, betet und arbeitet mit ihnen. Die Brüder des Klosters Marienthal bieten nach Absprache individuelle geistliche Begleitung und Exerzitien an.

Franziskanerkloster Marienthal

Kloster Marienthal 1
65366 Geisenheim OT Marienthal
Tel.: 06722 / 99 58 - 0 (bzw. Durchwahl -33 oder -26)
Fax: 06722 / 99 58 - 13
marienthal@franziskaner.de
www.marienthal.franziskaner.de

Benediktinerinnenabtei St. Hildegard

Die Benediktinerinnenabtei St. Hildegard liegt mitten in den Weinbergen oberhalb der Stadt Rüdesheim am Rhein. Die Klosteranlage wurde in den Jahren 1900 bis 1904 als Stiftung des Fürsten zu Löwenstein-Wertheim-Rosenberg erbaut.

Zu Gast im Kloster

In der Abtei St. Hildegard sind Gäste unabhängig von Konfession und weltanschaulichem Hintergrund willkommen. Sie haben entweder die Möglichkeit, am Kursangebot der Abtei teilzunehmen, begleitete Exerzitien zu machen oder die Tage im Kloster still für sich zu verbringen. Im gemeinsamen Suchen finden sich Menschen unterschiedlichster Herkunft zusammen.

Gäste wohnen im Gastbereich außerhalb der Klausur und nehmen in der Kirche am Stundengebet teil. Im Gästetrakt befinden sich 16 Einzelzimmer, außerdem stehen zwei Seminarräume, ein kleiner Leseraum, ein Aufenthaltsraum und ein Meditationsraum zur Verfügung.

Der Aufenthalt im Kloster soll nicht aus finanziellen Gründen scheitern. Nach Absprache besteht die Möglichkeit einer Preisermäßigung.

Eine Besichtigung der Klosteranlage ist im Allgemeinen nicht möglich, um der

Gemeinschaft ihren geschützten Lebensraum zu erhalten.

Besucher sind jedoch im Klosterladen willkommen. Hier kann man Erzeugnisse des Klosterweingutes und der Kunstwerkstätten (Restaurierungswerkstatt, Keramikwerkstatt, Goldschmiede) käuflich erwerben.

Benediktinerinnenabtei St. Hildegard

Postfach 1320

65378 Rüdesheim am Rhein

Tel.: 06722 / 499-0

Fax: 06722 / 499-178

benediktinerinnen@abtei-st-hildegard.de

www.abtei-st-hildegard.de

So unterschiedlich die Angebote in den beschriebenen Klöstern auch sein mögen, und auch wenn Unterkunft, Verpflegung und die Teilnahme an Veranstaltungen ihren Preis haben – unbezahlbar jedoch sind ein vertrauensvolles Gespräch, ein guter Rat oder einfach nur menschliche Zuwendung.

Auch das Gefühl, für ein paar Tage oder sogar Wochen aus der gewohnten (Arbeits-) Welt zu entfliehen und eine ganz "andere Welt" zu erleben – fernab von E-Mails, Handy & Co. – kann gut tun und das Abschalten erleichtern.

Probieren Sie es doch einfach mal aus!