

*Sinnstifterorte in  
Deutschland und Österreich*

PROGRAMM 2025



*Wo herzliche  
Gastfreundschaft  
auf Spiritualität  
trifft.*



*Klosterwelten erleben.  
Reisen mit Genuss.*





## *Klosterwelten erleben. Reisen mit Genuss.*

Mit unseren Reisen möchten wir Sie einladen, in faszinierende Welten einzutauchen. Unsere Reisen zeichnen sich durch eine familiäre Atmosphäre, exzellente Führungen und persönliche Begegnungen aus. Sie wählen, ob Sie mehr über die Welt der buddhistischen Klöster, evangelischen Damenstifte oder katholischen Abteien erfahren wollen. Vielfach begegnet uns Klosterkultur auch in innovativen Museen. In aufgeheizten politischen Zeiten setzen wir auf interreligiösen Dialog. In spirituellen Gemeinschaften lernen wir eine Welt kennen, die auf Nachhaltigkeit, Gemeinschaft und Menschlichkeit setzt.

Wir achten auf regionale Küche, handverlesene Unterkünfte, nachhaltiges Reisen sowie Kunst- und Naturgenuss. Bei uns genießen Sie Ihre Reise mit allen Sinnen – und haben ausreichend individuelle Zeit zum Runterkommen. Bei einzelnen Reisen stehen Resilienz und Achtsamkeit im Fokus. Bei anderen lernen Sie unbekannte Klosterlandschaften kennen und erleben wertegelitete Führungskultur. Wieder andere konzentrieren sich auf den interreligiösen Dialog.

*Ihre*

*Felicitas von Aretin und Monika Vogt*

*P.S.: Auf Wunsch organisieren wir für Sie individuelle Gruppenreisen.*



## *Das Buch zu den Reisen*

Spiritualität, Gemeinschaft und Zeit für das Wesentliche – danach sehnen sich immer mehr Menschen. Während meiner Recherche für mein Buch habe ich zahlreiche buddhistische, evangelische, katholische und orthodoxe Frauenklöster in Deutschland und Österreich besucht. Ich lernte charismatische und lebenskluge Ordensfrauen kennen. Dabei verstand ich, wie sich Achtsamkeit und ein Innehalten sinnvoll für den Alltag nutzen lassen. Jahrhundertalte Klostertraditionen zeigen, wie wir nachhaltiger und bewusster im Einklang mit der Natur leben können. Nachwuchssorgen, Überalterung und Kirchenkrise begegnen innovativen Ordensfrauen mit unkonventionellen Konzepten. Parallel fassen buddhistische und orthodoxe Klöster in Deutschland und Österreich Fuß.

*Felicitas von Aretin: Starke Schwestern: Klosterreisen – Inspirationen für ein anderes Leben (Herder 2022)*



## *Winterliche Idylle im Kloster Frauenwörth*

Kunstgenuss und Social Detox in der Benediktinerinnen Abtei

Bei dieser Winterreise auf der Fraueninsel mitten im Chiemsee fokussieren wir uns auf uns selbst. Die Abtei Frauenwörth ist der perfekte Ort, um tief in das klösterliche Leben mit seinem besonderen Rhythmus einzutauchen. Hier wohnen seit über 1.200 Jahren Frauen nach der Regel des Heiligen Benedikts in Balance von Arbeit, Beten und Innehalten. Wir genießen die mittelalterliche Kunst und die berührende Insellandschaft bei ausgedehnten Spaziergängen. Außerdem lernen wir die jahrhundertealte Kloster-Tradition des Fischfangs und die bekannte Inseltöpferei Klampfleuthner kennen, die 400 Jahren Töpferware herstellt. Die Fraueninsel ist der perfekte Ort, um das Jahr zu beginnen und zu reflektieren, welche Bedürfnisse und Wünsche wir haben.

### **Was wir erleben**

- Ruhe und Me-Time
- Klösterliches Leben erfahren
- Kunstgenuss
- Fischerei und Töpferei

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Kunstjuwelle der oberschwäbischen Barockstraße – Baustelle Kloster Reute*

Prunk-Barock in Weingarten, Schussenried, Ochsenhausen und Steinhausen –  
Klosterbergprojekt im Reformkloster – Dialog mit Schwestern

Unsere Reise führt uns zu den Kunstjuwelen der oberschwäbischen Barockstraße. Hier feiert die katholische Gegenreformation ihren Triumph: mit der Basilika von Weingarten, dem ehemaligen Kloster Schussenried mit seinem weltberühmten Bibliothekssaal, dem Kloster Ochsenhausen mit Sternwarte und der „schönsten Dorfkirche der Welt“ in Steinhausen. Überall erwarten uns exquisite kunsthistorische Führungen, die das Barock mit seiner Lebenslust und Todessehnsucht lebendig werden lassen. Als Kontrast lernen wir die einfache Lebensweise der Franziskanerinnen von Reute kennen. Derzeit befindet sich das Kloster im Umbruch und Umbau, da Nachwuchs fehlt. Die Schwestern haben sich deshalb entschlossen, ungenutzte Kloster Räume für neue Wohnformen zur öffnen.

### **Was wir erleben**

- Kunstfülle
- Franziskanisches Leben
- Kräuterführung
- Klosterbergprojekt

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*

WEINREISE  
IN DEN RHEINGAU



## *Zwischen Romantik, Klöstern, Kunst und Reben*

Rheingau-Weinreise auf den Spuren der weißen Mönche,  
der heiligen Hildegard und romantischer Schriftsteller und Künstler

Die Rheinlandschaft mit ihren Felsen und Ruinen begeisterte ab dem 18. Jahrhundert Dichter und Maler. Mit dem erwachenden Nationalgefühl wurde der Rhein zum „deutschen Strom“ stilisiert. Kloster Eberbach im Rheingau zählt zu den schönsten Klosteranlagen Europas. Seit dem 12. Jahrhundert prägten die Zisterzienser und die heilige Hildegard diese Kulturlandschaft durch Klostergründungen und Weinbau. Im Gespräch mit Winzern erfahren wir mehr über das Erfolgsgeheimnis dieser Weine. Rheinromantik pur genießen wir im Brentano-Haus und bei Spaziergängen durch Geisenheim, Rüdesheim und am Niederwalddenkmal oder mit Wein am Rheinufer.

### **Was wir erleben**

- Weinproben
- Kunstführungen
- Wanderung
- Gespräch mit Stiftungsvorstand

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Erbe und Zukunft: Konstanz, Reichenau, Salem und das Reformkloster Hegne*

Bodensee-Reise nach Konstanz, Salem, auf die Klosterinsel Reichenau und nach Kloster Hegne mit Fokus Reform und franziskanisch Führen

Wir starten in Konstanz, das noch heute vom „Konstanzer Konzil“ geprägt ist. Die Hafenfigur „Imperia“ oder das Konzilgebäude sind steinerne Zeugnisse dieses mittelalterlichen Großereignisses. Auf der Reichenau bauten Benediktiner seit karolingischer Zeit ein spirituelles, künstlerisches und politisches Machtzentrum auf. Die drei mittelalterlichen Kirchen zeugen von frühmittelalterlicher Baukunst und tragen den Weltkulturerbe-Titel. In Schloss Salem erleben wir, wie aus einem mächtigen Zisterzienserkloster eine erfolgreiche Schule samt Internat wurde. Die Hegner Kreuzschwestern befinden sich derzeit in einem Transformationsprozess. Ihre Managementenerfahrung und werteorientierte Führungskultur geben sie in der neugegründeten Theodosius Akademie weiter. Die Betriebe werden in eine Stiftung überführt.

### **Was wir erleben**

- Kunstführungen
- Weinprobe
- Gemüse-Spaziergang
- Austausch im Kloster

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*





## *Das Wunder von Waldsassen – Eine zisterziensische Abtei im Aufwind*

Von der Generalsanierung zur Einfachheit klösterlichen Lebens und einem besonderen Kunst- und Naturgenuss im zisterziensisch geprägten Stiftland

Unsere Reise führt uns in die Klosterstadt Waldsassen, wo eine erste Zisterzienserabtei 1133 entstand. Seit 1864 leben hier Zisterzienserinnen. Im Austausch erfahren wir, wie es Äbtissin Sr. M. Laetitia seit Mitte der neunziger Jahre gelingt, in der Grenzregion zu Tschechien die erste Generalsanierung seit dem Barock zu realisieren. Bei Führungen in der Stiftsbasilika und der weltberühmten Bibliothek genießen wir barocke Lebensfreude. Welche Bedeutung die Schönheit der Schöpfung für den Orden hat, erspüren wir in der Umweltstation mit Kräuter- und Naturerlebnisgarten. Wir wandern durch den Oberpfälzer Wald. Zudem tauchen wir tief in die Spiritualität und Lebensweise der Ordensfrauen ein. Ruhe und Erholung finden wir in der schlichten Noblesse des Gästehauses St. Joseph in mittelalterlichen Gemäuern.

### **Was wir erleben**

- Kunstführungen
- Zisterziensisches Leben
- Waldwanderung
- Glashütte

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Die Vielfalt religiösen Lebens im ursprünglich katholischen Allgäu*

Von römischen Göttern hin zum christlichen, jüdischen und muslimischen Leben in Kempten und einem Aufenthalt in einem buddhistischen Kloster

Ausgangspunkt unserer Reise ist die Römerstadt Kempten. Diese erlebt seit der Reformation Religionsvielfalt: Im Benediktinerkloster errichteten die Fürstbischöfe eine Barock-Residenz. In der Freien Reichsstadt dominieren evangelische Patrizier. Im unterirdischen Video-Schauraum und preisgekrönten Kempten-Museum erleben wir Stadtgeschichte innovativ erzählt. Bei einer Führung zur NS-Zeit steht das Schicksal der jüdischen Bevölkerung im Fokus. Mit dem „Sozialdienst muslimischer Frauen Kempten“ diskutieren wir die aktuelle Situation. Den Buddhismus ins Allgäu brachte Ayya Khema, eine ursprünglich deutsche Jüdin. Als buddhistische Nonne sorgte sie für die Verbreitung des Theravada-Buddhismus. Diesen lernen wir im Nonnenkloster Anenja Vihara kennen. Ein anschließender mehrtägiger Aufenthalt im buddhistischen Kloster kann organisiert werden.

### **Was wir erleben**

- Kempten-Führungen
- Austausch mit Musliminnen
- Buddhistisches Kloster

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Niedersächsische Kunstjuwelle – Sinnstiftend altern – Kunsthandwerk*

Reise zu den evangelischen Damenstiften Lüne, Walsrode und Wienhausen mit Salzstadt Lüneburg und Heidelandschaft

Wir begeben uns in die Welt niedersächsischer Damenklöster mit ihren mittelalterlichen Kunstschatzen. Seit Jahrhunderten leben hier spirituelle Frauengemeinschaften – seit der Reformation evangelische. Heute gestalten hier Singles, Witwen und Geschiedene gemeinsam ihren dritten Lebensabschnitt. Wir diskutieren, wie ein erfülltes Altern gelingt. Außerdem erleben wir innovative Konzepte: vom Krimidinner über Stickkurse bis zum Konzert. Die Lüneburger Klöster haben in ihrer über 800-jährigen Geschichte Plünderungen, Brände und Kriege erlebt. Dennoch beherbergen sie Preziosen wie die Wandbemalung des Nonnenchors in Wienhausen oder die „Beweinung Christi“ von Lucas Cranach. Wir besichtigen das „Museum für sakrale Textilkunst“ in Lüne und das Teppichmuseum Wienhausen.

### **Was wir erleben**

- Lüneburgs Altstadt
- Kunstführungen
- Heidelandschaft
- Kunsthandwerk

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Unbekannte Klosterwelten in Westfalen-Lippe rund um die Römerstadt Paderborn*

Paderborn, neue Museumskonzepte für Mittelalter-Klöster, Dialog mit Kopten kombiniert mit Spa-Erlebnis, Golfen oder Paderborn-Aufenthalt

Unsere Reise startet in Paderborn. Sowohl die ehemalige Benediktinerabtei Corvey als auch das Kloster Liesborn und die Stadt Paderborn gehen auf die Karolinger zurück. Bis heute ist das Stadtbild von Bischöfen, dem heiligen Liborius und Ordensleuten geprägt. Unterhalb des Doms errichtete Karl der Große eine Pfalz. Heute verbreitet die Universitätsstadt eine fast südländische Atmosphäre. Die mittelalterlichen Klöster sind mehrheitlich aufgelassen. Wir besuchen das europaweit einzige Museum für Klosterkultur, „Stiftung Kloster Dalheim“, sowie Schloss Corvey – das seit 2014 zum Weltkulturerbe gehört. Wir kombinieren das Kulturprogramm mit einem entspannt luxuriösen Aufenthalt im „Gräflichen Park Health & Balance Resort“ in Bad Driburg.

### **Was wir erleben**

- Entdeckungstour Klöster
- Moderne Museumskonzepte
- Relaxen + Golfen

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Auf den Spuren österreichischer Zisterzienser – Kuraufenthalt in Marienkron*

Vom Stift Heiligenkreuz im Wiener Wald in das frisch renovierte Kurhaus von Marienkron mit zisterziensischen Impulsen

Unsere Reise startet im niederösterreichischen Zisterzienserkloster Heiligenkreuz. Das Stift wurde 1133 zu Lebzeiten des hl. Bernhard von Clairvaux gegründet. Seitdem leben hier Mönche. Das Stift hat einen ungebrochenen Zulauf an jungen Männern. Die gregorianischen Choräle schaffen eine besondere spirituelle Atmosphäre. Kunsthistorisch ist die mittelalterliche Klosteranlage mit barocken Elementen ein Juwel. Die Zisterzienserinnen-Abtei Marienkron hat hingegen kaum mehr Nachwuchs. Angeschlossen an die Abtei befindet sich Österreichs führendes Zentrum für Darmgesundheit. Das Kurhaus im Park besticht durch puristische Eleganz im Sinne zisterziensischer Spiritualität. Wir lernen das Gesundheitskonzept kennen, genießen eine hervorragende Kräuterküche und relaxen in der Wellness-Oase.

### **Was wir erleben**

- Gregorianischen Gesang
- Kunstfülle
- Klosteratmosphäre
- Relaxen

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



## *Unbekannte Donaustadt Linz – Benediktinerstift Seitenstetten – Golfen*

Entdeckungstour durch die Donaustadt – jüdisches Linz – Golfen in Schloss  
Ernegg und benediktinisches Leben kennenlernen in Seitenstetten

Wir starten in der von den Habsburgern geprägten Stadt Linz. Diese hat unterschiedliche Facetten: Vom Mariendom, der Altstadt mit historischen Fassaden hin zum neuen Wahrzeichen, dem Lentos Kunstmuseum. Bei einer exklusiven Führung erkunden wir das jüdische Linz mit Synagoge und treten in den Austausch mit der Israelitischen Kultusgemeinde. Im nahegelegenen Mostviertel erleben wir eine aktive Benediktinergemeinschaft. In dem im Jahr 1112 gegründeten Stift Seitenstetten besichtigen wir die Kunstgalerie, den Hofgarten und die Barockanlage. Die Mönche wirken im Stiftsgymnasium, in Pfarren und Wirtschaftsbetrieben. Eine entspannte Golfrunde in Schloss Ernegg rundet unsere spirituelle Erholung ab.

### **Was wir erleben**

- (Jüdisches) Linz
- Theaterbesuch
- Benediktinisches Leben
- Golfen in Ernegg

*Preise, Termine und Anmeldung auf unserer Webseite:  
[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)*



*„Ich danke sehr für diese unglaublich gut organisierte Reise. Diese erlaubte mir, in eine faszinierende Welt einzutauchen.“*

*Nermina Regenfuß  
Inner Wheel Club München*



Dr. Felicitas v. Aretin und Monika Vogt GbR  
Bothmerstraße 14 • 80634 München

Tel. +49 (0)171.861 61 05 (v. Aretin)  
Tel. +49 (0)174.689 3738 (Vogt)

[www.klosterwelten-erleben.com](http://www.klosterwelten-erleben.com)  
[reisen@klosterwelten-erleben.com](mailto:reisen@klosterwelten-erleben.com)