



Benediktinerinnenabtei  
Sankt Hildegard

## Zu Gast im Kloster

Kurse und Veranstaltungen 2025



# Zu Gast im Kloster 2025

Alle Fremden, die kommen, sollen aufgenommen werden wie Christus. (Benediktsregel 53,1)

Liebe Gäste,

in unserem Gästehaus wollen wir offen sein für Menschen unterschiedlichster Herkunft. Konfession und weltanschaulicher Hintergrund spielen bei der Aufnahme unserer Gäste keine Rolle. Darüber hinaus bieten wir über das ganze Jahr hinweg ein vielfältiges Kursprogramm an: handwerkliche und spirituelle Angebote, thematische Einkehrzeiten für Trauernde, Suchende, Interessierte, gestaltet von uns Schwestern und externen Referent:innen. Alle Themen und Termine finden Sie in diesem Heft und im aktuellen Programm auf unserer Homepage.

In unserem Gästehaus sind auch Einzelgäste herzlich willkommen, die sich zurückziehen wollen, um Abstand von ihrem Alltag zu finden. Im geschützten Raum können Sie (stille) Tage erleben, angelehnt an unseren klösterlichen Tagesablauf und in der Tischgemeinschaft mit anderen Gästen. Einzelgäste, die zu persönlichen Einkehrtagen kommen, können ihren Aufenthalt um die festen Mahlzeiten herum frei gestalten.

Wir laden Sie herzlich zur Teilnahme an den Gebetszeiten unserer klösterlichen Gemeinschaft ein. Als Orte des Gebets und der Sammlung stehen Ihnen die Abteikirche und der Meditationsraum im Gästehaus zur Verfügung. Außerdem lädt die schöne Natur um unser Kloster zu Spaziergängen ein. Nach Absprache ist auch geistliche Begleitung durch eine Schwester möglich.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen und wünschen Ihnen eine gute und gesegnete Zeit bei uns!

Ihre Schwestern der Abtei St. Hildegard  
und alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter



## JANUAR

Freitag, 10. Januar bis Sonntag, 12. Januar 2025

### Altes Buch in neuem Glanz (Teil I)

Sie möchten Ihren Kindheits-Bücherschatz, die Familienbibel oder Ihr Lieblingsfachbuch wieder benutzbar machen? Das benötigt neben der Freude an Büchern mit ideellem Wert vor allem handwerkliches Geschick. Der Kurs führt ein in die für eine Buchrestaurierung notwendigen Grundkenntnisse: in Materialkunde und in Techniken der Verarbeitung. Das Wochenende bietet die Möglichkeit, in einer kleinen Gruppe und unter fachkompetenter Hilfe einen praktischen Anfang zu setzen. Im Austausch über die jeweiligen Bücher wollen wir voneinander lernen und gemeinsam die besten Lösungsansätze finden, damit Sie über den Kurs hinaus an Ihrem Buch weiterarbeiten können. Denn einmal erlernt, lassen sich viele Methoden zu Hause weiterführen und auch auf andere Bücher übertragen.

Bitte beachten Sie: Es besteht die Möglichkeit, den Kurs in einem zweiten Praxisteil fortzusetzen (siehe Kursangebot 24.-26.01.2025).

Leitung: Sr. Placida Robertz OSB  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Freitag, 10.01., um 15.30 Uhr  
Ende: Sonntag, 12.01., um 16.00 Uhr  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 165 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr für Teil I inklusive Materialkosten:  
190 €

Teilnehmer:innenzahl max. 5 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.12.2024

## Montag, 13. Januar bis Sonntag, 19. Januar 2025

### Ikonographiekurs mit Maria Theresia von Fürstenberg

Anhand des Ikonenschreibens entdecken Sie etwas vom Geheimnis der Schöpfung nach Gottes Ebenbild. Fünf Tage begeben Sie sich in Stille und Kontemplation, um in einer Ateliergemeinschaft in die Tradition dieser Kunst eingeführt zu werden. Der Tag findet seine geistliche Struktur in der Liturgie, den möglichst stillen Atelierzeiten und den schweigend eingenommenen Mahlzeiten.

Die fünf Anfängerkurse haben vorgegebene Modelle: Gottesmutter, Christus, Johannes der Täufer, Antonius der Wüstenvater und der Erzengel Michael; danach erst dürfen Sie ein selbstgewähltes Modell vorschlagen. Während der Entstehung der Ikonen werden Vorführungen, Korrekturen und Erklärungen praktischer und theoretischer Art vorgenommen. An einigen Abenden finden Bildpräsentationen über Historie und Symbolik der Ikonen statt. Ziel des Kurses ist es, die Ikonographie als einen geistlichen Weg zu entdecken. Voraussetzung ist nicht künstlerische Geschicklichkeit, sondern die Einstellung, etwas entdecken zu wollen sowie das Einverständnis, den Anleitungen Folge zu leisten.

Bitte beachten Sie: Zu den Kosten für Teilnahme und Übernachtung kommen 60 € Materialkosten (Startpaket) hinzu, die während des Kurses bei Frau von Fürstenberg zu begleichen sind.

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg  
([www.atelier-fuerstenberg.de](http://www.atelier-fuerstenberg.de))  
Anmeldung: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Montag, 13.01., um 16.00 Uhr  
Ende: Sonntag, 19.01., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 13 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.12.2024

## Freitag, 24. Januar bis Sonntag, 26. Januar 2025

### Altes Buch in neuem Glanz (Teil II)

Das Wochenende schließt an Kursteil I an (siehe Kursangebot 10.-12.01.2025) und führt die dort begonnene Arbeit weiter. Sollten noch Plätze frei sein, sind auch Quereinsteiger willkommen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie bereits an Kursteil I teilgenommen haben.

Leitung: Sr. Placida Robertz OSB  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Freitag, 24.01., um 15.30 Uhr  
Ende: Sonntag, 26.01., um 16.00 Uhr  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 165 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr für Teil II inklusive Materialkosten: 190 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 5 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.12.2024

## Montag, 27. Januar bis Sonntag, 02. Februar 2025

### Ora-et-labora-Woche im Weinberg

In diesen Tagen versuchen Sie, sich mit dem benediktinischen Rhythmus von Gebet und Arbeit (ora et labora) vertraut zu machen, indem Sie an den Gebetszeiten teilnehmen und halbtags im Weinberg mitarbeiten. Die übrige Zeit ist frei. Es bestehen in diesen Tagen folgende Angebote: Hinführung zur persönlichen Schriftlesung, gemeinsamer Austausch, Einzelgespräche und eine Weinprobe in unserem Weinkeller. An einem Tag findet auch ein gemeinsamer Ausflug statt.

Leitung: Sr. Francesca Redelberger OSB und  
Sr. Thekla Baumgart OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 27.01., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 02.02., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/

WC, einschl. Verpflegung: 495 €  
(Schüler:innen und Student:innen  
(Erststudium): 270 €) zuzüglich des aktuellen  
Tourismusbeitrags pro Übernachtung

Kursgebühr: keine

Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen

Anmeldung bitte bis 15.12.2024

## FEBRUAR

**Montag, 10. Februar bis Donnerstag, 13. Februar 2025**

### **Einführung in die Gesänge der heiligen Hildegard mit praktischen Übungen**

„O wie wunderbar ist das Vorherwissen des göttlichen Herzens, das vorherwusste alle Kreatur“. So beginnt die hl. Hildegard einen ihrer schönsten Gesänge. Zu ihrem großen Werk gehören 77 Gesänge und das Mysterienspiel „Ordo virtutum“ (Reigen der Tugenden). Themen, die auch unser Leben heute betreffen (Was ist unser Leben? Wo bin ich verankert? etc.), sind in den Texten dieser Gesänge zu finden. Praktische Übungen sowie kurze Impulse zu verschiedenen Aspekten werden in diesem Kurs miteinander verbunden. Freude am Singen und ein wenig Erfahrung mit der Stimme sind die Voraussetzung für diesen Kurs.

Leitung: Sr. Lydia Stritzl OSB

Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr

Beginn: Montag, 10.02., mit dem Abendessen

Ende: Donnerstag, 13.02., mit dem Frühstück

Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 247,50 € zuzüglich  
des aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung

Kursgebühr: 150 €

Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen

Anmeldung bitte bis 03.01.2025

**Freitag, 14. Februar bis Sonntag, 16. Februar 2025**

### **Theologisch-geistliches Wochenende: Ein Gott der Gewalt?**

Dass Gott in der Geschichte handelt und befreiend eingreift, ist ein Grundthema biblischer Gottesrede. Dieser leidenschaftliche Einsatz zum Wohl von Menschen geht allerdings oft mit einer Darstellung Gottes als Kriegsherr einher, die gängige Vorstellungen von einem „guten“ Gott in Frage stellt.

An diesem Wochenende soll am Beispiel der Exodus-Erzählung und anderer alttestamentlicher Texte die Bedeutung gewaltvoller Gottesrede in ihrem Entstehungskontext erschlossen und nach ihrer Anschlussfähigkeit für uns heute gefragt werden. Kurz vor Beginn der Fastenzeit fordert sie uns heraus, unseren eigenen Stand-Punkt im Spannungsfeld von Gewalt und Befreiung tiefer zu bedenken.

Die „Theologisch-geistlichen Wochenenden“ richten sich an Interessierte ohne theologische Ausbildung, die sich auf fachlicher Grundlage mit religiösen Fragestellungen beschäftigen möchten, neue Sichtweisen auf Glaubens Themen kennenlernen und im Austausch mit Anderen nach deren Bedeutung für unser heutiges Leben fragen wollen. Die Kursteile bauen nicht aufeinander auf, können also unabhängig voneinander besucht werden.

Leitung: Sr. Paula Kassenbrock OSB

Anreise: ab 14.30 Uhr

Beginn: Freitag, 14.02., um 16.00 Uhr

Ende: Sonntag, 16.02., mit dem Mittagessen

Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 165 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung

Kursgebühr: 120 €

Teilnehmer:innenzahl max. 10 Personen

Anmeldung bitte bis 15.01.2025

## **Montag, 24. Februar bis Freitag, 28. Februar 2025**

### **Choraltage: Cantate Domino**

Eingeladen sind alle, die Teile des Stundengebetes und der Messgesänge im Gregorianischen Choral einüben möchten. Die Erarbeitung der Gesänge wird ergänzt durch Atem- und Körperarbeit, damit die Stimme sich frei entfalten und die Seele singen und klingen kann. So erfahren wir unsere Stimme als unser ureigenes Instrument und finden in die Einstimmigkeit der gregorianischen Gesänge.

Leitung: Sarah Brigitte Zeller (Gesangspädagogin und Kirchenmusikerin) und Sr. Francesca Redelberger OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 24.02., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 28.02., mit dem Frühstück  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr inklusive Materialkosten: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.01.2025

## **MÄRZ**

### **Montag, 10. März bis Sonntag, 16. März 2025**

#### **Fasten und Meditieren mit der heiligen Hildegard**

„Der gläubige Mensch soll mit dem inneren Blick seiner Seele auf Gott schauen und darauf vertrauen, dass er von Ihm, der alles vermag, geheilt wird“ (Hildegard von Bingen: Das Buch vom Wirken Gottes).  
Das gemäßigte Fasten mit Dinkelsuppe und Fencheltee, im Wechsel von Ruhe und Bewegung, die geistige Beschäftigung mit Visionstexten der hl. Hildegard und die Meditationen sollen den Teilnehmer:innen helfen, sich und ihr eigenes Maß neu zu finden und dadurch zur Lebensfreude befreit werden.

Leitung: Sr. Hiltrud Gutjahr OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 10.03., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 16.03., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr: 350 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.02.2025

### **Montag, 17. März bis Sonntag, 23. März 2025**

#### **Ora-et-labora-Woche in der Fastenzeit**

In diesen Tagen versuchen Sie, sich mit dem benediktinischen Rhythmus von Gebet und Arbeit (ora et labora) vertraut zu machen, indem Sie an den Gebetszeiten teilnehmen und halbtags in einem klösterlichen Bereich mitarbeiten. Die übrige Zeit ist frei. Es bestehen in diesen Tagen folgende Angebote: Hinführung zur persönlichen Schriftlesung, gemeinsamer Austausch, Einzelgespräche und eine kleine Klosterführung. An einem Tag findet auch ein gemeinsamer Ausflug statt.

Leitung: Sr. Francesca Redelberger OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 17.03., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 23.03., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC, einschl. Verpflegung: 495 € (Schüler:innen und Student:innen (Erststudium): 270 €) zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr: keine  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.02.2025

## APRIL

Freitag, 25. April bis Sonntag, 27. April 2025

### Theologisch-geistliches Wochenende: Einführung in die Stundenliturgie

Die Liebe zur mehrfach täglich gefeierten Stundenliturgie aus Psalmengesang und gregorianischen Melodien verbindet benediktinische Nonnen und Mönche mit vielen Menschen außerhalb des Klosters. Begleitet von den eindrücklichen Texten und Gesängen der Osterwoche führt das Wochenende in die Ursprünge, Struktur und Sinn Dimensionen dieser traditionsreichen Gottesdienstform ein. Durch praktische Erfahrungen im Rahmen der Liturgie der Klostergemeinschaft sowie im Austausch über theologische Hintergründe und eigene Eindrücke sind die Teilnehmer:innen dazu eingeladen, das Stundengebet als Form der persönlichen und gemeinschaftlichen Spiritualität tiefer kennenzulernen.

Die „Theologisch-geistlichen Wochenenden“ richten sich an Interessierte ohne theologische Ausbildung, die sich auf fachlicher Grundlage mit religiösen Fragestellungen beschäftigen möchten, neue Sichtweisen auf Glaubens Themen kennen lernen und im Austausch mit Anderen nach deren Bedeutung für unser heutiges Leben fragen wollen. Die Kursteile bauen nicht aufeinander auf, können also unabhängig voneinander besucht werden.

Leitung: Sr. Paula Kassenbrock OSB  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Freitag, 25.04., um 16.00 Uhr  
Ende: Sonntag, 27.04., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/ WC, einschl. Verpflegung: 165 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung

Kursgebühr: 120 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 10 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.03.2025

Montag, 28. April bis Sonntag, 04. Mai 2025

### Alte Buchbindekunst neu entdeckt (Teil I)

Das Schreiben und Binden von Büchern gehört seit jeher zu den Werkstätten eines Klosters. Hier verbindet sich solides Handwerk und künstlerische Fertigkeit, Tradition und Moderne, Arbeit und Gebet. In den Schreibstuben der Klöster, den sogenannten Scriptorien, entstanden wertvolle Unikate, die die Jahrhunderte überdauern. Sie sind in dieser Kurswoche eingeladen, Elemente der traditionsreichen Buchbindekunst kennenzulernen und unter Anleitung auch selbst auszuprobieren. Der Kurs besteht aus zwei Teilen: In Teil I wird mittels traditioneller Techniken ein Buchblock geheftet. Je nach Vorwissen und Fähigkeiten der Kursteilnehmenden können zur Vertiefung zusätzliche Techniken aus unserer klösterlichen Restaurierungswerkstatt erlernt werden. In Teil II wird der Buchblock seinen Einband erhalten (siehe Kursangebot 01.-07. Dezember 2025).

Interessierte sollten handwerkliches Geschick mitbringen und bereits eigene praktische Erfahrungen in der Buchbindelei gesammelt haben.

Leitung: Sr. Placida Robertz OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 28.04., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 04.05., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/ WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung

Kursgebühr für Teil I inklusive Materialkosten: 390 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 5 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.03.2025



## MAI

Montag, 05. Mai bis Freitag, 09. Mai 2025

### Wandertage mit Eseln

Lilli, Milan, Ida, Ella und Herbert – die fünf Esel vom Laurenzberg führen uns in ihre Welt der Achtsamkeit, Langsamkeit und Zuverlässigkeit. Wir wandern von der Abtei Hildegard aus zu verschiedenen Kirchen und Klöstern und zu ausgesuchten Plätzen im Rheingau. Am Morgen und am Abend gibt es spirituelle Impulse und Texte, die zum Weiterdenken einladen, und einen Austausch über die „Weisheiten“, die die Esel uns lehren.

Die täglichen Wanderungen sind zwischen 12 km und 15 km lang. Morgens und abends besteht die Möglichkeit, an den klösterlichen Gebetszeiten teilzunehmen und in der Stille zu bleiben.

Leitung: Bernd Seifried und Annette Bohr  
([www.neue-wege-mainz.de](http://www.neue-wege-mainz.de))  
Anreise: 15.00 bis 16.00 Uhr  
Beginn: Montag, 05.05., um 16.30 Uhr  
Ende: Freitag, 09.05., ca. 11.00 Uhr  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC einschl. Mahlzeiten bzw. Verpflegung  
330 € zuzüglich des aktuellen Tourismus-  
beitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen ab 18 Jahren  
Anmeldung bitte bis 01.04.2025



Montag, 19. Mai bis Freitag, 23. Mai 2025

### Lied der Engel: Musik als Fenster zum Himmel in bewegten Zeiten

Workshop mit Sabine Lindner

Seit jeher wird Musik mit Engeln verbunden. Wenn Menschen wunderbar singen oder bestimmte Instrumente (z.B. eine Harfe) erklingen, erinnert das viele an Engelsmusik. Kein Wunder, denn Musik lässt unsere Seele erklingen, sie wird leicht und erhoben. Musik bringt uns in Berührung mit der Quelle der Freude und der Liebe, die tief in uns verborgen ist, oft überdeckt von Sorgen und Nöten des Alltags. Der Workshop beschäftigt sich mit geistlichen Gesängen des Mittelalters unterschiedlichster Herkunft, welche der Heiligen Dreifaltigkeit, der Gottesmutter Maria und anderen Heiligen und Friedensstifter:innen gewidmet sind, die gemeinsam eingeübt werden. Dabei kann die Musik als Brücke zur Gegenwart erlebt werden: Sabine Lindners Kompositionen nach Gregorianischem Vorbild beinhalten Themen aus unseren Tagen, schauen auf Freuden und Schmerzen der Menschen des 21. Jahrhunderts, danken Gott und loben ihn.

Der Workshop richtet sich an alle, die Freude am Singen haben und bereit sind, sich auf einen musikalisch-geistlichen Übungsweg einzulassen. Auch Musiker:innen mit ihren Instrumenten sind sehr willkommen.

Leitung: Sabine Lindner  
(Sängerin und Instrumentalistin,  
[www.klara-vom-querenberg.de](http://www.klara-vom-querenberg.de))  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 19.05., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 23.05., mit dem Frühstück  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.04.2025

**Montag, 26. Mai bis Montag, 02. Juni 2025**

### **Ikonenschreiben**

**Motiv: Die heilige Maria Magdalena**

mit Janina Zang

Ikonen sind Türen, die uns den Weg in die geheimnisvolle Schönheit und Liebe Gottes hinein zeigen. Wir bleiben nicht nur passive Betrachter, sondern treten ein in ein Mysterium, ein göttliches Geheimnis und werden Teil davon. Eine Ikone entsteht in feierlichem Schweigen und stiller Meditation. Wer lernen möchte, Ikonen zu schreiben, sollte vor allem drei Fertigkeiten mitbringen: Zeit, Geduld und ein offenes Herz. Alles andere kann man sich nach und nach aneignen. Wer Ikonen schreibt, ist ein Nachschaffender, der die Tradition achtet. Aber obwohl die Ikonenmalerei an die Tradition gebunden ist, ist sie nicht statisch, sondern lebendig und dynamisch, wie die Meisterwerke der Ikonenmalerei zeigen.

Der Ikonenkurs mit Janina Zang lädt dazu ein, gemeinsam mit ihr in meditativer Atmosphäre die einzelnen Schritte des Ikonenschreibens zu erlernen und tiefer in die Welt der Ikonenmalerei einzutauchen. Sie stellt verschiedene Techniken und Feinheiten der Ikonenmalerei vor. Der Ikonenkurs bietet einen Ausgleich zwischen Ruhe, Arbeit und Gespräch. Jeder Tag beginnt mit einem spirituellen Text und einem gemeinsamen Gebet. Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, an den Gebetszeiten des Klosters teilzunehmen. Der Ikonenkurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte beachten Sie: Anfänger arbeiten in den ersten zwei bis drei Kursen an einer vereinfachten Ikone, um einen erleichterten Einstieg in die Ikonenmalerei zu haben. Zu den Kosten für Teilnahme und Übernachtung kommen ca. 85 € Materialkosten hinzu, die während des Kurses bei Frau Zang zu begleichen sind.

Leitung: Janina Zang ([www.janina-zang.de](http://www.janina-zang.de))

Anmeldung: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)

Anreise: ab 14.30 Uhr

Beginn: Montag, 26.05., um 16.00 Uhr

Ende: Montag, 02.06., ca. 11.00 Uhr nach der Abschlussrunde

Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC, einschl. Verpflegung: 577 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung

Kursgebühr: 420 €

Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen

Anmeldung bitte bis 15.04.2025

## **JUNI**

**Dienstag, 10. Juni bis Sonntag, 15. Juni 2025**

### **Begegnungstage für Trauernde**

mit Birgit Gerhards

Trauer ist eine Zeit des Übergangs zwischen dem Vorher (vor dem Verlust eines geliebten Menschen) und dem Nachher. Nun geht es darum, den Alltag neu zu leben und zu gestalten.

Die Begegnungstage für Trauernde können helfen, eigene Kraftquellen wiederzuentdecken.

Das Erleben der Natur rund um das Kloster sowie Gespräche, Entspannung, Zeiten für sich und kreatives Erleben werden Elemente der gemeinsamen Zeit sein. Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, an den Gebetszeiten teilzunehmen.

Leitung: Birgit Gerhards  
(Pastoralreferentin und Trauerbegleiterin)

Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr

Beginn: Dienstag, 10.06., mit dem Abendessen

Ende: Sonntag, 15.06., mit dem Mittagessen

Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC und Mahlzeiten bzw. Verpflegung: 412,50 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung

Kursgebühr: 250 €

Teilnehmer:innenzahl max. 10 Personen

Anmeldung bitte bis 01.05.2025



## JULI

**Montag, 14. Juli bis Freitag, 18. Juli 2025**

### Wandertage mit Eseln

Lilli, Milan, Ida, Ella und Herbert – die fünf Esel vom Laurenzberg führen uns in ihre Welt der Achtsamkeit, Langsamkeit und Zuverlässigkeit. Wir wandern von der Abtei Hildegard aus zu verschiedenen Kirchen und Klöstern und zu ausgesuchten Plätzen im Rheingau. Am Morgen und am Abend gibt es spirituelle Impulse und Texte, die zum Weiterdenken einladen, und einen Austausch über die „Weisheiten“, die die Esel uns lehren. Die täglichen Wanderungen sind zwischen 12 km und 15 km lang. Morgens und abends besteht die Möglichkeit, an den klösterlichen Gebetszeiten teilzunehmen und in der Stille zu bleiben.

Leitung: Bernd Seifried und Annette Bohr  
([www.neue-wege-mainz.de](http://www.neue-wege-mainz.de)) und  
Sr. Christophora Janssen OSB

Anreise: 15.00 bis 16.00 Uhr  
Beginn: Montag, 14.07., um 16.30 Uhr  
Ende: Freitag, 18.07., ca. 11.00 Uhr  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC und Mahlzeiten bzw. Verpflegung: 495 €  
zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags  
pro Übernachtung

Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen ab 18 Jahren  
Anmeldung bitte bis 01.06.2025

## AUGUST

**Montag, 04. August bis Sonntag, 10. August 2025**

### Hildegard-Seminar: Einführung in Leben und Werk der heiligen Hildegard

„O wie wunderbar ist der Hauch, der den Menschen so erweckte.“



Das Werk der hl. Hildegard und ihre Theologie sind sehr vielfältig. Viele Themen der Heiligen sind durch die Jahrhundertgezeiten aktuell. Die Corona Pandemie, die Kriege in der Welt etc. haben unser Leben verändert und lassen uns nach dem Sinn des Lebens fragen. In diesem Seminar werden ausgewählte Texte vorgestellt und näher betrachtet, Antworten auf solche Fragen geben können. Außerdem soll diese Woche Interessierten eine Basis für die weitere Beschäftigung mit der hl. Hildegard und ihren Werken bieten.

Vorgesehene Themen sind: Biographie – Auslegung der Regel des hl. Benedikt – Ausschnitte aus dem „Liber SCIVIAS“, dem „Liber Vite Meritorum“, dem „Liber Divinorum Operum“, die Gesänge der hl. Hildegard, die Heilmittel der Schöpfung, Meditation am Schrein der hl. Hildegard, Exkursion zum Disibodenberg.

Leitung: Sr. Lydia Stritzl OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 04.08., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 10.08., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung

Kursgebühr: 350 €  
Gesamtpreis für Schüler:innen und Student:innen (Erststudium): 350 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.07.2025

**Montag, 11. August, bis Sonntag, 17. August 2025**

### **Ora-et-labora-Woche im Sommer**

In diesen Tagen versuchen Sie, sich mit dem benediktinischen Rhythmus von Gebet und Arbeit (ora et labora) vertraut zu machen, indem Sie an den Gebetszeiten teilnehmen und halbtags in einem klösterlichen Bereich mitarbeiten. Die übrige Zeit ist frei. Es bestehen in diesen Tagen folgende Angebote: Hinführung zur persönlichen Schriftlesung, gemeinsamer Austausch, Einzelgespräche und eine kleine Klosterführung. An einem Tag findet auch ein gemeinsamer Ausflug statt.

Leitung: Sr. Francesca Redelberger OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 11.08., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 17.08., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 495 €  
(Schüler:innen und Student:innen  
(Erststudium): 270 €) zuzüglich des aktuellen  
Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr: keine  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.07.2025

## **SEPTEMBER**

**Montag, 22. September bis Freitag, 26. September 2025**

### **Klang der Stille: Workshop mit geistlichen Gesängen aus einem Jahrtausend**

Workshop mit Sabine Lindner

„Musik ist ein Ort des Friedens, da kann dich niemand verletzen, dort bist du ganz bei dir“, heißt es in einem Sprichwort aus Irland. In diesem Sinn sollen auch die Antiphonen, Hymnen, Sequenzen und Lieder des Mittelalters gesungen werden, die ganz unterschiedlichen Quellen entstammen. Die italienischen Laudi besingen schwungvoll, aber auch meditativ das Leben der Gottesmutter, der

Maria Magdalena und des Franziskus von Assisi. Pilgerlieder vom Jakobsweg ermuntern in ihrer Fröhlichkeit eine geistliche Reise anzutreten. Antiphonen aus verschiedenen Offizien umrahmen das gesungene Beten der Psalmen und führen in die Stille.

In den Kompositionen nach Gregorianischem Vorbild (Hymnen, Antiphonen und Psalmen in deutscher Sprache) erzählt Sabine Lindner vom Leben der Heiligen. Viele ihrer Musikstücke drehen sich um ein Thema, welches auch der heiligen Hildegard am Herzen lag: der Mensch in der Verantwortung gegenüber der Schöpfung und dem Schöpfer.

Der Workshop richtet sich an alle, die Freude am Singen haben und bereit sind, sich auf einen musikalisch-geistlichen Übungsweg einzulassen. Auch Musiker:innen mit ihren Instrumenten sind sehr willkommen.

Bitte beachten Sie: Sabine Lindner wird andere Musikstücke als im Vorjahresworkshop auswählen, sodass der Kurs auch für jene interessant sein kann, die schon einmal teilgenommen haben.

Leitung: Sabine Lindner  
(Sängerin und Instrumentalistin,  
[www.klara-vom-querenberg.de](http://www.klara-vom-querenberg.de))  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 22.09., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 26.09., mit dem Frühstück  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 10.08.2025



## OKTOBER

**Montag, 13. Oktober bis Freitag, 17. Oktober 2025**

### **Tage für Trauernde: Aufbruch ins Leben – Einer geht mit**

Das Leben ist ein Weg. Ein Weg oft wie durch ein Labyrinth. Besonders in Zeiten der Trauer wird dies deutlich. Der Tod eines geliebten Menschen stellt uns vor neue Herausforderungen. Aufbrechen – aufbrechen zu neuen Ufern, verbunden mit den Erfahrungen des Unterwegsseins, der Umwege, der Begegnungen und der Veränderungen gehören zu den Phasen der Trauer. Ihnen gleichen die Tage des Gehens und Wanderns.

In den Tagen für Trauernde wollen wir dies gemeinsam erfahren: das Leben im Hier und Jetzt wahrnehmen und erleben, dabei eigene Ressourcen neu entdecken und Körper, Geist und Seele stärken. Sie sind eingeladen, in der Atmosphäre des Klosters Gemeinschaft mit anderen zu erfahren. Es besteht die Möglichkeit, an den Gebetszeiten teilzunehmen, in der Stille zu bleiben und auf Wunsch auch Einzelgespräche zu führen.

Bitte beachten Sie: Diese Tage sind ein Angebot für Trauernde, deren Verlusterfahrung mindestens drei Monate zurückliegen sollte.

Leitung: Gisela Scharf (Trauerbegleiterin)  
Begleitung: Sr. Maria Magdalena Tikvić OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 13.10., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 17.10., mit dem Frühstück  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 200 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.09.2025

**Montag, 27. Oktober bis Freitag, 31. Oktober 2025**

### **Choraltage: Cantate Domino**

Eingeladen sind alle, die Teile des Stundengebetes und der Messgesänge im Gregorianischen Choral einüben möchten. Die Erarbeitung der Gesänge wird ergänzt durch Atem- und Körperarbeit, damit die Stimme sich frei entfalten und die Seele singen kann. So erfahren wir unsere Stimme als unser ureigenes Instrument und finden in die Einstimmigkeit der gregorianischen Gesänge.

Leitung: Sarah Brigitte Zeller  
(Gesangspädagogin und Kirchenmusikerin)  
und Sr. Francesca Redelberger OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 27.10., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 31.10., mit dem Frühstück  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr incl. Materialkosten: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.09.2025

## NOVEMBER

**Montag, 10. November bis Sonntag, 16. November 2025**

### **Ikonographiekurs**

mit Maria Theresia von Fürstenberg

Anhand des Ikonenschreibens entdecken Sie etwas vom Geheimnis der Schöpfung nach Gottes Ebenbild. Fünf Tage begeben Sie sich in Stille und Kontemplation, um in einer Atelieregemeinschaft in die Tradition dieser Kunst eingeführt zu werden. Der Tag findet seine geistliche Struktur in der Liturgie, den möglichst stillen Atelierzeiten und den schweigend eingenommenen Mahlzeiten.

Die fünf Anfängerkurse haben vorgegebene Modelle: Gottesmutter, Christus, Johannes der Täufer, Antonius der Wüstenvater und der Erzengel Michael; danach erst dürfen Sie ein selbstgewähltes Modell vorschlagen. Während der Entstehung der Ikonen werden Vorführungen, Korrekturen und Erklärungen praktischer und theoretischer Art vorgenommen. An einigen Abenden finden Bildpräsentationen über Historie und Symbolik der Ikonen statt. Ziel des Kurses ist es, die Ikonographie als einen geistlichen Weg zu entdecken. Voraussetzung ist nicht künstlerische Geschicklichkeit, sondern die Einstellung, etwas entdecken zu wollen sowie das Einverständnis, den Anleitungen Folge zu leisten.

Bitte beachten Sie: Zu den Kosten für Teilnahme und Übernachtung kommen 60 € Materialkosten (Startpaket) hinzu, die während des Kurses bei Frau von Fürstenberg zu begleichen sind.

Leitung: Maria Theresia von Fürstenberg  
([www.atelier-fuerstenberg.de](http://www.atelier-fuerstenberg.de))  
Anmeldung: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Montag, 10.11., um 16.00 Uhr  
Ende: Sonntag, 16.11., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 13 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.10.2025

**Montag, 17. November bis Freitag, 21. November 2025**

**Qigong- Wander-Erholungstage**  
mit Bianca Jakobi

In dieser Qigong-Wander-Erholungswoche finden Sie in achtsamer Weise in die erholsame, innere Ruhe – mit sanften, weichen und fließenden Qigong-Übungen. Die Übungen sind aus dem stillen, bewegten und spontanen

Formenkreis. Bei schönem November-Wetter können Qigong-Einheiten auch in der Natur stattfinden. Sie haben Zeit zum Lesen und Entspannen und für Spaziergängen durch die Weinberge. Es besteht die Möglichkeit, an den Gebetszeiten teilzunehmen, in der Stille zu bleiben und in der Gruppe Gemeinschaft zu erleben.

Bitte beachten Sie: Dieser Qigong-Präventionskurs wird nach § 20 SGB V Prävention von den gesetzlichen Krankenkassen mit mindestens 75 € und bis zu 100 % bezuschusst und ist bei vielen Arbeitgebern als Exerzitien anerkannt. Bitte setzen Sie sich vorab mit Ihrer Krankenkasse und Arbeitgeber in Verbindung.

Leitung: Bianca Jakobi  
([www.Qigong-International.eu](http://www.Qigong-International.eu))  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 17.11., mit dem Abendessen  
Ende: Freitag, 21.11., mit der Abschlussrunde  
bis 11.00 Uhr  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 330 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 400 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 10 Personen  
Anmeldung bitte bis 17.10.2025

**Freitag, 21. November bis Freitag, 28. November 2025**

**Ikonenschreiben**  
**Motiv: Die Geburt Christi**  
**(für Anfänger: Die Gottesmutter Maria)**  
mit Janina Zang

Ikonen sind Türen, die uns den Weg in die geheimnisvolle Schönheit und Liebe Gottes hinein zeigen. Wir bleiben nicht nur passive Betrachter, sondern treten ein in ein Mysterium, ein göttliches Geheimnis und werden Teil davon. Eine Ikone entsteht in feierlichem Schweigen und stiller Meditation. Wer lernen möchte, Ikonen zu schreiben, sollte vor allem drei Fertigkeiten mitbringen: Zeit, Geduld



und ein offenes Herz. Alles andere kann man sich nach und nach aneignen. Wer Ikonen schreibt, ist ein Nachschaffender, der die Tradition achtet. Aber obwohl die Ikonenmalerei an die Tradition gebunden ist, ist sie nicht statisch, sondern lebendig und dynamisch, wie die Meisterwerke der Ikonenmalerei zeigen.

Der Ikonenkurs mit Janina Zang lädt dazu ein, gemeinsam mit ihr in meditativer Atmosphäre die einzelnen Schritte des Ikonenschreibens zu erlernen und tiefer in die Welt der Ikonentradition einzutauchen. Sie stellt verschiedene Techniken und Feinheiten der Ikonenmeister vor. Der Ikonenkurs bietet einen Ausgleich zwischen Ruhe, Arbeit und Gespräch. Jeder Tag beginnt mit einem spirituellen Text und einem gemeinsamen Gebet. Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, an den Gebetszeiten des Klosters teilzunehmen. Der Ikonenkurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene.

Bitte beachten Sie: Anfänger arbeiten in den ersten zwei bis drei Kursen an einer vereinfachten Ikone, um einen erleichterten Einstieg in die Ikonenmalerei zu haben. Zu den Kosten für Teilnahme und Übernachtung kommen ca. 85 € Materialkosten hinzu, die während des Kurses bei Frau Zang zu begleichen sind.

Leitung: Janina Zang ([www.janina-zang.de](http://www.janina-zang.de))

Anmeldung: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)

Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Freitag, 21.11., um 16.00 Uhr  
Ende: Freitag, 28.11., ca. 11.00 Uhr nach der Abschlussrunde  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/WC, einschl. Verpflegung: 577,50 € zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung  
Kursgebühr: 420 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 12 Personen  
Anmeldung bitte bis 15.10.2025

## DEZEMBER

**Montag, 01. Dezember bis Sonntag, 07. Dezember 2025**

### **„Alte Buchbindekunst neu entdeckt“ (Teil II)**

Dieser Kurs richtet sich vor allem an die Teilnehmer:innen des ersten Teils (siehe Kursangebot 28.04.-04.05.). Dort haben wir gemeinsam einen Buchblock auf doppelten Bänden erstellt, der nun seinen Einband erhalten soll. Es wird erlernt, wie die Deckel angepasst und an die Bünde angesetzt werden, sodass ein Halbleder-Band entsteht. Als zusätzliches Material wird ein eigenes Schärfmesser benötigt.

Bitte beachten Sie: Der Kurs ist nicht für Anfänger geeignet. Wer teilnehmen möchte, ohne Kursteil I besucht zu haben, ist herzlich willkommen, muss aber über entsprechende Vorkenntnisse verfügen und einen Buchblock auf doppelten Bänden geheftet mitbringen.

Leitung: Sr. Placida Robertz OSB  
Anreise: 15.00 bis 16.30 Uhr  
Beginn: Montag, 01.12., mit dem Abendessen  
Ende: Sonntag, 07.12., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 495 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr Teil II inklusive Materialkosten: 390 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 5 Personen  
Anmeldung bitte bis 20.10.2025

**Freitag, 05. Dezember bis Sonntag, 07. Dezember 2025**

### **Theologisch-geistliches Wochenende: Gott und das Leid**

Leiderfahrungen gehören zur Realität unserer Welt und des menschlichen Lebens. Umso mehr muss reflektiertes Christsein die Vorstellung eines guten Gottes, der das Wohl aller Menschen will, und das Leid der Menschheitsgeschichte, aber auch unserer ganz konkreten Gegenwart zueinander ins Verhältnis setzen. Ausgehend von verschiedenen Deutungsansätzen, die auf ihre Tragfähigkeit hin zu prüfen sind, will dieses Wochenende Wege zu einem christlich verantworteten Umgang mit der sogenannten Theodizeefrage eröffnen, der weder den Glauben an einen guten Gott aufgibt noch das Leid verharmlost. Dabei begleiten uns die Texte und Melodien des Advents, die auf ihre Weise die Sehnsucht nach Erlösung in Wort und Klang bringen.

Die Reihe „Theologisch-geistliches Wochenende“ richtet sich an Interessierte ohne theologische Ausbildung, die sich auf fachlicher Grundlage mit religiösen Fragestellungen beschäftigen möchten, neue Sichtweisen auf Glaubens Themen kennenlernen und im Austausch mit Anderen nach deren Bedeutung für unser heutiges Leben fragen wollen. Die Kursteile bauen nicht aufeinander auf, können also unabhängig voneinander besucht werden.

Bitte beachten Sie, dass es sich bei diesem Kurs nicht um ein Trauerseminar handelt. Der Schwerpunkt liegt auf der theologisch-inhaltlichen Reflexion des Themas.

Leitung: Sr. Paula Kassenbrock OSB  
Anreise: ab 14.30 Uhr  
Beginn: Freitag, 05.12., um 16.00 Uhr  
Ende: Sonntag, 07.12., mit dem Mittagessen  
Kosten: Übernachtung im Einzelzimmer m. Dusche/  
WC, einschl. Verpflegung: 165 € zuzüglich des  
aktuellen Tourismusbeitrags pro  
Übernachtung  
Kursgebühr: 120 €  
Teilnehmer:innenzahl max. 10 Personen  
Anmeldung bitte bis 01.11.2025





- 1 Abteikirche
- 2 Klosterpforte
- 3 Inforaum
- 4 Klosterladen
- 5 Kunstkeller
- 6 Klostercafé
- 7 Vortragsräume
- 8 Toiletten
- 9 Skulpturenwiese
- 10 Fußweg zur Wallfahrtskirche Eibingen
- 11 Parkplatz

## Weitere Angebote für Gäste

### Hildegard-Meditation

Jeden Mittwoch von 15.00 bis 16.00 Uhr findet in der Wallfahrtskirche St. Hildegard, Marienthaler Straße 3, in Rüdesheim-Eibingen eine Hildegard-Meditation unter der Leitung von Sr. Hiltrud Gutjahr OSB statt.

### Hildegard-Gesprächskreis

Einmal im Monat findet montags um 19.30 Uhr in unserem Gästehaus unter der Leitung von Sr. Hiltrud Gutjahr OSB ein offener Hildegard-Gesprächskreis statt, zu dem alle Hildegard-Interessierten herzlich eingeladen sind. Der Gesprächskreis steht jeweils unter einem bestimmten Thema, das auf unserer Homepage und durch Aushänge im Gästebereich mitgeteilt wird.

### Führung zu den Säulen im Gästegarten

„Starke Frauen, fromme Männer“, so lautet der Titel der „BilderBibelSäulen“ von Sr. Christophora Janssen OSB. Von den Geschichten der darauf dargestellten Frauen und Männer, ihren Hintergründen und ihrer Bedeutung erzählt Sr. Christophora jeden Samstag ab 16.45 Uhr. Treffpunkt ist vor dem Eingang zum Klostercafé.

### Rosenkranzgebet

Das Rosenkranzgebet ist eine alte Gebetstradition der Kirche. Der rhythmische Sprechgesang schafft eine Atmosphäre meditativer Ruhe und hilft, mit Blick auf das Leben Jesu sich zu zentrieren, loszulassen und in die eigene Mitte zu finden. Auf Anfrage bietet Sr. Maria Magdalena Tikvić OSB Interessierten an, mit ihr das Rosenkranzgebet kennenzulernen und zu beten.

## **Gästegarten und Labyrinth**

Unseren Gästen steht ein eigener Gästegarten zur Verfügung, in dem Sie in aller Ruhe entspannen und die herrliche Aussicht über das Rheintal genießen können. Dort gibt es auch ein Labyrinth, jenes uralte Symbol für den Lebensweg des Menschen, das dazu einlädt, den eigenen Lebensspuren und Lebenswendungen zu folgen, zur eigenen Mitte zu finden und den persönlichen Weg zu Gott hautnah zu erfahren.

## **Tagesbesucher**

Wir freuen uns über Tagesausflügler und Besuchergruppen, die auf den Spuren der hl. Hildegard unterwegs sind oder sich für klösterliches Leben interessieren. Im Inforaum zwischen Kirche und Klosterladen können Sie sich über unsere Gemeinschaft und benediktinisches Ordensleben informieren. Gespräche mit einer Schwester oder Vorträge können wir nur für Gruppen nach vorheriger Absprache und im Rahmen unserer personellen Möglichkeiten anbieten.

Anfragen für Ihre Gruppe richten Sie bitte mit genügend Vorlaufzeit an: [besuchergruppen@abtei-st-hildegard.de](mailto:besuchergruppen@abtei-st-hildegard.de).

## **Klostercafé**

Unser integratives Klostercafé ist ein Inklusionsbetrieb, der als gemeinnützige GmbH wirtschaftet. Wanderer und Pilger, Einzelgäste und Gruppen von nah und fern kehren hier gerne ein, um die vielfältigen Angebote aus unser Klosterküche und Klosterbäckerei zu genießen oder mit nach Hause zu nehmen. Auch Reisebusse und größere Gruppen sind bei uns nach vorheriger Reservierung herzlich willkommen. Das Team des Klostercafés freut sich auf Ihren Besuch – gastfreundlich und inklusiv.

Kontakt und Reservierung: Telefon +49(0)6722 499-215; [klostercafe@abtei-st-hildegard.de](mailto:klostercafe@abtei-st-hildegard.de).

## **Unsere Öffnungszeiten**

März bis Oktober: Dienstag bis Sonntag 09.30 bis 17.30 Uhr.  
November bis Februar: Dienstag bis Sonntag 09.30 bis 16.00 Uhr.

Weitere Informationen finden Sie hier:

[www.klostercafe-st-hildegard.de](http://www.klostercafe-st-hildegard.de) und auf Facebook.

## **Klosterladen**

In unserem Klosterladen möchten wir eine kleine Oase mitten in der Hektik des Alltags schaffen. Hier finden Sie: ausgewählte Geschenke, fair gehandelte Kostbarkeiten, Bücher über das Kloster, Spiritualität und über die heilige Hildegard, Rheingau-Krimis, Urlaubsbücher zum Wohlfühlen, Klosterweine, Klostersekt, Likör, Dinkelbier, Dinkelplätzchen, Dinkelmüsli, Tees, Gewürze und vieles mehr. Sie können bei uns auch online bestellen. Weitere Informationen finden Sie hier: [www.abtei-st-hildegard.de/onlineshop](http://www.abtei-st-hildegard.de/onlineshop).

## **Unsere Öffnungszeiten**

Montag bis Samstag: 10.00 bis 17.00 Uhr.

Vom 01. März bis 23. Dezember auch an allen Sonn- und Feiertagen: 12.00 bis 17.00 Uhr.

Kontakt: [klosterladen@abtei-st-hildegard.de](mailto:klosterladen@abtei-st-hildegard.de)

## **St. Hildegard-Akademie Eibingen e.V. – Akademie-Vorträge**

Die St. Hildegard-Akademie bietet über das Jahr verteilt verschiedene Veranstaltungen zu Leben und Werk der Kirchenlehrerin Hildegard an. Informationen zu den Angeboten der St. Hildegard-Akademie finden Sie hier: [www.hildegard-akademie.de](http://www.hildegard-akademie.de).

## **Hildegard-WeinWalks 2025**

Die Hildegard-WeinWalks verbinden auf einzigartige Weise Wandern mit der Weinkultur des Rheingaus und mit dem Leben und Werk der heiligen Hildegard. An drei Sonntagen im Jahr führen Wolfgang Blum und Sr. Thekla Baumgart OSB durch die Weinberge des Rheingaus und vermitteln Wissenswertes über Wein und Spiritualität. Kostproben aus dem eigenen Weingut machen die WeinWalks zu einem Erlebnis für alle Sinne.

Sonntag, 23. März 2025

Sonntag, 01. Juni 2025

Sonntag, 12. Oktober 2025

Start: 13.00 Uhr

Treffpunkt: Weinbergstor am Parkplatz der Abtei



Distanz: 7 Kilometer  
Dauer: 3:30 Stunden (Wanderzeit 1:45 Std.)  
Kosten: 15,00 € (inklusive 1 Glass Secco und  
1 Glas Wein 0,1l)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:  
[www.abtei-st-hildegard.de](http://www.abtei-st-hildegard.de).

## WEITERE INFORMATIONEN

### Feste Zeiten im Tagesablauf

Die Gebets- und Mahlzeiten lehnen sich an den klösterlichen Tagesablauf an. Unser Gästehaus möchte Begegnung ermöglichen, daher sind grundsätzlich Tischgemeinschaften vorgesehen.

Ab 07.30 Uhr Frühstück  
(werktags bis 09.15 Uhr, sonntags bis 08.45 Uhr)  
12.00 Uhr Mittagsgebet,  
anschl. Mittagessen (ab ca. 12.15 Uhr)  
17.30 Uhr Abendgebet (Vesper),  
anschl. Abendessen (ab ca. 18.00 Uhr)

Die aktuellen Gottesdienstzeiten finden Sie im Schaukasten am Eingang zur Abteikirche und auf unserer Homepage:  
[www.abtei-st-hildegard.de](http://www.abtei-st-hildegard.de).

### Unsere Bürozeiten

Wir Schwestern und unsere Mitarbeiterin Frau André-Kunz sind montags bis freitags von 09.00 bis 10.30 Uhr für Sie da: Telefon +49(0)6722 499-122. Per E-Mail erreichen Sie uns jederzeit unter: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)

### Kursanmeldung

Die Anmeldung zu unseren Kursen erfolgt schriftlich. Nutzen Sie dazu das Anmeldeformular auf der Rückseite oder schreiben Sie uns eine E-Mail. Bitte teilen Sie uns bei Ihrer Anfrage Ihre vollständigen Kontaktdaten mit: Namen, postalische Anschrift, E-Mail-Adresse, Telefonnummer, Handynummer.

### Aufenthaltskosten und Bezahlung

Die Kosten für Unterkunft (Einzelzimmer mit Dusche/WC) und Vollpension betragen pro Übernachtung 82,50 € (für Schüler:innen, Student:innen (Erststudium) und Auszubildene 45 €) zuzüglich des aktuellen Tourismusbeitrags pro Übernachtung.

Bei begleiteten Einzelexerzitien erbitten wir pro Tag ein Honorar von 20 €.

Wir danken Ihnen für jeden zusätzlichen Beitrag und jede Spende für unsere Arbeit.

### Kontoverbindung

Abtei St. Hildegard  
IBAN: DE 78 3706 0193 4003 4140 49  
BIC: GENODED1PAX

### Zahlungsmodus

Die Bezahlung ist mit EC-Karte oder Giro-Karte während des Aufenthalts oder als nachträgliche Überweisung innerhalb von 14 Tagen möglich.

Bei kurzfristigen Absagen eines gebuchten Aufenthaltes erheben wir eine Ausfallgebühr:

14-7 Tage vor der Ankunft:	50 % des Tagessatzes
bis 1 Tag vor der Ankunft:	80 % des Tagessatzes
am Tag der Ankunft:	100 % des Tagessatzes

Bei abgesagten Kursangeboten berechnen wir zusätzlich die Kursgebühr.

### An- und Abreise

Sie können in der Regel nachmittags zwischen 15.00 und 16.30 Uhr anreisen. Bitte beachten Sie die Zeitangaben zu den jeweiligen Kursangeboten.

Wir bitten Sie, Ihr Zimmer am Abreisetag werktags bis 09.00 Uhr, sonntags bis 11.00 Uhr zu räumen.

### Anreise mit dem Auto

Aus Richtung Frankfurt bietet sich an, die A66 zu nehmen, die hinter Wiesbaden zur B42 wird. Dieser folgt man am Rhein entlang über Eltville und kommt so direkt nach Rüdesheim. Aus Richtung Koblenz ist die B42 ebenfalls der direkte Weg nach Rüdesheim.

Adresse für Ihr Navigationssystem: Abtei St. Hildegard 1  
und 65385 Rüdesheim am Rhein.

### Anreise mit Bus und Bahn

Die Rheingau-Linie (VIAS, RB10) führt vom Frankfurter bis zum Koblenzer Hauptbahnhof und bietet tagsüber stündlich Fahrten. Zielbahnhof ist „Rüdesheim/Rhein“. Von dort aus geht es mit dem Taxi binnen 5 Min zu unserem Kloster. Ein Taxi können Sie sich bequem unter der Tel. 06722-3333 reservieren. Alternativ fährt stündlich ein Bus (Linie 183 und 187) ab „Rüdesheim/Bahnhof“ zur Haltestelle „Abtei St. Hildegard“.

Sie können mit leichtem Gepäck auch zu Fuß zum Kloster hinauflaufen (ca. 40 Minuten Fußweg).

### Anmeldungen bitte an:

Gastbereich der Abtei St. Hildegard  
Abtei St. Hildegard 1  
D – 65385 Rüdesheim am Rhein  
Telefon +49(0)6722 499-122  
Mo-Fr: 9.00 bis 10.30 Uhr  
Telefax + 49(0)6722/499-178  
E-Mail: [gaeste@abtei-st-hildegard.de](mailto:gaeste@abtei-st-hildegard.de)  
[www.abtei-st-hildegard.de](http://www.abtei-st-hildegard.de)

**Hiermit melde ich mich zu folgendem Angebot verbindlich an:**

Datum / Titel des Kurses

Name / Vorname



Straße

PLZ / Ort

E-Mail / Fax

Telefon

Ich benötige spezielle Kost / habe eine Allergie /bin Diabetiker/in

Datum / Unterschrift





Wir möchten Sie nicht nur in unserem Kloster und auf unserer Website willkommen heißen, sondern ebenso auf unseren Social-Media-Kanälen: Besuchen Sie uns auf Facebook und Instagram! Hier veröffentlichen wir regelmäßig geistliche Impulse, Impressionen, Videos und Neuigkeiten rund um unser Kloster.

