Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

Heilfasten nach Hildegard von Bingen
Online-Vortrag

Vorgestellt wird das gemäßigte Dinkelfasten nach der HL. Hildegard von Bingen

Di 24.02.2026, 19.00 - 20.30 Uhr

In allen Kulturen gibt es Fastenzeiten um sich körperlich und geistig zu reinigen.
Im Vortrag wird erklärt, warum das Fasten für Leib und Seele so reinigend ist. Bei der Hl. Hildegard von Bingen finden wir ein maßvolles Fasten ohne Glaubersalz. Nur mit natürlichen Heilmitteln wie Galgant, Bertram oder Herzwein werden die Organe nicht nur gereinigt sondern vor allen Dingen auch gestärkt.
"Das Sichtbare ist schwach, das Unsichtbare ist stark." Damit lädt uns die HL. Hildegard ein auch unserer Seele wieder mehr Raum zu schenken und uns wieder ganz neu auf Gottes Schöpfung einzulassen.

Nach dem Vortrag kann jeder für sich zu Hause mit dem Fasten beginnen. Wer gerne in einer Online- Gruppe mitmachen möchte, der findet die Termine auf der homepage: www.jakob-winzer.de oder unter www.keb-deggendorf.de

Referentin
Angela Jakob

Anmeldung
info@jakob-winzer.de
www.jakob-winzer.de

mehr Infos & Anmeldung

VÖ: 2025-12-14 05:20:21

Tel. (09901) 62 28
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de