

Raum schaffen für Lebenskraft mit Ratschlägen der heiligen Hildegard

Gesund Heilfasten
nach Hildegard von Bingen
ist eine ganzheitliche Reinigung
sowie ein Jungbrunnen für Körper, Geist und Seele.

Fastenwoche vom 12.03. -22.03.2012

- Sie wollen mit neuer Energie in den Frühling?
- Sie wollen loslassen – ungesunde Gewohnheiten, Gewicht verlieren?
- Sie wollen ein neues ganzheitliches Bewusstsein erreichen, ihre eigene Sichtweise erweitern?
- Sie wollen zu innerer Einkehr kommen?

Hildegard von Bingen hat das Fasten als ein Universal-Heilmittel bezeichnet, das den Menschen hilft, Probleme, Konflikte und Laster zu überwinden. Bei dem Fasten geht es nicht nur um die gesundheitlichen Aspekte und Vorteile. Beim Hildegardfasten geht die eigene Konzentration nach Innen und der Geist wird klar. Hildegard von Bingen betrachtet das Heilfasten als einen freiwilligen Verzicht, denn jeder Mensch hat eine Eigenverantwortung für seinen Körper.

Fasten nach Hildegard macht offen für Neues und für Veränderungen. Außerdem lassen sich viele chronische Gesundheitsprobleme ebenfalls durch einen lange vernachlässigten Darm erklären. Dazu gehören zum Beispiel:

- Kopfschmerzen, Migräne
- Schlafstörungen
- Antriebsarmut
- Nervosität, Gereiztheit
- Rücken- und Kreuzschmerzen, Gelenk- und Gliederschmerzen
- Atemnot, Herzbeschwerden
- Depressionen
- Vergesslichkeit
- Allergien, Neurodermitis, Schuppenflechte

Im Rahmen der Fastenwoche können Sie drei Varianten des Hildegardfastens auswählen, mit Empfehlungen von unterstützenden Gewürzen, Pflanzen und Kräuterweine aus der Hildegardapotheke. Des Weiteren wichtige Hintergründe über die Bedeutung und Notwendigkeit der körperlichen und geistigen Entschlackung des Körpers.

Sie erfahren Wissenswertes und unterstützendes für ihre ganzheitliche Reinigung, über das wirkungsvolle Naturheilverfahren der hl. Hildegard, Meditation, Farb- und Aromatherapie, ihre Seelenheilkunde, den Zusammenhängen von Körper und Seele, Erkrankungen und deren Ursachen.

Empfehlung

Ein idealer Einstieg zur Fastenwoche ist der Hildegardische Aderlass, eine tiefgreifende Blut- und Gewebsreinigung.

Termine: 09.03.- 14.03.2012

Fastenwoche: 12.03. -22.03.2012

Morgengruppe: Mo., Mi., Fr., So., Mo., Mi.

Zeit: 8.30Uhr – 10.00Uhr

Abendgruppe: Di., Do., Fr., So., Di., Do

Zeit: 18.30Uhr – 21.00Uhr., So.: nach Vereinbarung

Leitung: Gabriele Wild, Heilpraktikerin

Veranstaltungsort: Physiopraxis Hegmann

Am Glücksgraben 1, 97906 Faulbach

Gebühr: 50,00 €, (für Wiederholer 40,00€)

**Ich freue mich Sie auf Ihrem Weg begleiten
und unterstützen zu dürfen**

Herzliche Grüße Gabriele Wild

Gerne berate ich Sie persönlich - Information und Anmeldung unter:

Naturheilpraxis

Gabriele Wild

Kirchstraße 6

97901 Altenbuch

Tel: 09392 - 93 48 49

www.hildegard-seminare.de

www.naturheilpraxis-wild.de

E-Mail: webmail@naturheilpraxis-wild.de