

# Hildegard

## **F0000 Fasten als Universalheilmittel für Körper, Seele und Geist**

Die folgenden Beispiele repräsentieren die großartigen Möglichkeiten menschlicher Transformation auf dem leidvollen Weg in ein sinnvolles und glückliches Leben. Die hier beschriebenen Menschen sind z.T. jahrelang auf dem Leidensweg gegangen, bis sie im Hildegard-Fasten ihre vollständige Gesundheit wiedererlangt haben.

Nach Hildegard von Bingen verbirgt sich hinter fast allen Krankheiten eine Botschaft, in der sich die seelischen Ursachen widerspiegeln. Erst wenn auch die seelischen Ursachen beseitigt werden, kann eine ganzheitliche Heilung ablaufen. Das alleinige Manipulieren an körperlichen Symptomen ohne Beseitigung seelischer Ursachen, kann nur zu Misserfolgen und Unheilbarkeit führen. Eine echte Heilung nach Hildegard von Bingen läuft daher immer auch gleichzeitig auf geistiger, seelischer und körperlicher Ebenen ab. Der rasche und wirksame Erfolg durch das Hildegard-Fasten besteht darin, dass die Faster sich im Laufe des Fastens vorstellen und ihre Sorgen und Nöte in einer mitfühlenden, geschützten vertraulichen Atmosphäre mitteilen dürfen. Einige Faster öffnen sich und berichten offen über ihre Sorgen und Leiden, andere sind gehemmt, nehmen aber aktiv am Geschehen teil, wodurch auch bei ihnen die gleichen Heilungsprozesse ablaufen können. Sie erkennen sich und ihre eigene Probleme gespiegelt im anderen wieder.