



## **Seminar „Fasten für Gesunde und zur Glaubensvertiefung“**

**10. bis 19. März 2023**

**„Ich rufe Euch zur Entsagung für neun Tage auf.“**

Botschaft der Mutter Gottes in Medjugorje am 25.08.1991)

Mose fastete 40 Tage, bevor er das Volk Israel in das gelobte Land führte (Dt 10, 10). Elija fastete ebenfalls 40 Tage, bevor Gott ihn sendete (1 Kön 19, 8). Auch Jesus fastete 40 Tage, bevor er zum ersten Mal öffentlich auftrat (Mt 4, 2).

Wir wollen die Fastenzeit zum Anlass nehmen, keine 40, sondern 10 Tage zu fasten. Das Fasten hat eine jahrhundertalte Tradition in der Kirche. Gleichzeitig ist das Fasten eine wunderbare Art, die Gesundheit zu erhalten. Das Seminar verbindet beides: moderne medizinische Erkenntnisse, wie man richtig fastet, und religiöse Inhalte, um dadurch den Glauben zu vertiefen.

Seminar „Fasten für Gesunde und zur Glaubensvertiefung“

Es besteht die Möglichkeit, mit Gemüsesäften und Tee, alten Semmeln und Milch oder bei Wasser und Brot (Medjugorje-Fasten) zu fasten.

Täglich werden Vorträge zum Fasten und sportliche Aktivitäten wie Nordic Walking, Fitnessgymnastik oder Darmmassage nach F. X. Mayr angeboten.

Abends besteht die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch. Eine ärztliche Betreuung ist gewährleistet.

Vorträge über das Fasten in der Bibel und der kirchlichen Tradition sowie über die stille Anbetung runden das Seminar ab.

Das geistige Programm umfasst das tägliche Stundengebet, täglich eine heilige Messe und die Möglichkeit zur Anbetung.

Das Seminar wird gemäß den geltenden Corona-Regeln entweder vor Ort oder virtuell mit Hilfe des Videokonferenzsystems Meet Now angeboten.

Das Seminar wird geleitet von Prof. Dr. Thomas Schuster (mehr als 25 Jahre Fastenerfahrung).

Das Seminar wird medizinisch betreut durch N. N.

Wir wünschen Ihnen Gottes Segen und grüßen Sie herzlich

Ihr Prof. Dr. Thomas Schuster und

Ihr Pater Robert Maria

Anmeldeformular (an umseitige Adresse senden)

## **Seminar „Fasten für Gesunde und zur Glaubensvertiefung“**

Name

---

Vorname

---

Geburtsdatum

---

Straße

---

PLZ/Wohnort

---

Telefon-Nr.

---

Mobiltelefon

---

E-Mail-Adresse

---

Konfession (freiwillig)

---

Mit meiner Unterschrift melde ich mich verbindlich für das Fastenseminar an.

Ort / Datum

---

Unterschrift

---



Sekretariat  
Kloster Waghäusel  
Bischof-von-Rammung-Str. 2  
68753 Waghäusel

Seminar „Fasten für Gesunde und zur Glaubensvertiefung“



**Hans Thoma,  
Die Versuchung Christi (1871)  
Museum der Brotkultur, Ulm**

**Seminar „Fasten für Gesunde  
und zur Glaubensvertiefung“  
10. bis 19. März 2023**

Auskunft und Anmeldung bei:  
Sekretariat Kloster Waghäusel  
Bischof-von-Rammung-Str. 2  
68753 Waghäusel  
07254 – 9288-0 oder 0152 – 29572553  
Fax: 07254 – 9288-99  
E-Mail-Adresse:  
kloster-waghaeusel@outlook.de

Teilnahme auf Spendenbasis

Seminarbeginn:  
Freitag, 10. März 2023, 17:30 Uhr

Seminarende:  
Sonntag, 19. März 2023, 13:00 Uhr

Voraussetzung zur Teilnahme ist eine formlose Bescheinigung des Hausarztes, dass keine gesundheitlichen Bedenken gegen das Fasten bestehen. Teilnehmer, die sich in ständiger hausärztlicher Betreuung befinden, sollten eine Diagnose- und Medikamentenliste mitbringen.

**Folgende Leistungen sind im Seminar  
enthalten:**

Vorträge  
Tägliche Austauschrunde  
Medizinische Betreuung  
Medikamente für Fastenkrisen  
Unterkunft im Gästehaus Benedikt des Klosters

Kosten für Abführmittel, Ausleihen von sportlichen Geräten, etc., trägt jeder Teilnehmer selbst.

Ein Informationsabend findet am 10.02.2023 um 20:00 Uhr im Kloster statt.