



EINE WOCHE FASTEN

Orientierung: Mo, 23. Februar, 19.30 Uhr, Pfarrhaus St. Jakob

Daten: 01. - 06. März 2026 Fastenwoche

Leitung: Markus Blöse

Angebote So, 01. März 18.00 Uhr Fastenstart

in der Mo, 02. März 18.00 Uhr Fastentreffen

Fastenwoche: Di, 03. März 08.30 Uhr „Zeit der Stille“, anschl. Teerunde

Mi, 04. März 18.00 Uhr Fastentreffen

Do, 05. März 13.30 Uhr Shibashi Qi Gong, Teerunde

Fr, 06. März 18.00 Uhr Fasten brechen

In einer gemeinsamen Fastenwoche erleben wir, wie es ist ganz auf feste Nahrung zu verzichten und nur von den körpereigenen Depots zu leben. Der Körper entschlackt und entgiftet. Der Geist erfährt durch den freiwilligen Verzicht eine neue Dimension des Lebens. Die spirituellen Angebote können dies unterstützen.

Wir orientieren uns am Buch: „Wie neugeboren durch Fassten“ (Hellmut Lützner).