St. Hildegard Brief 118

Juli 2023

Offizielles Organ des Förderkreises Hildegard von Bingen
gegründet 1987 von Herrn Dr. med. Gottfried Hertzka
Copyright: Dr. Wighard Strehlow

DAS SEELISCHE ABWEHRSYSTEM

Hildegard

Tabelle der 35 Schwächen und Stärken

Abwehrschwäche (Laster)	Abwehrstärke (Tugenden)
1. Amor saeculi* (Liebe zum materiellen Reichtum)	Amorcaelestis (Liebe zum Himmlischen)
2. Petulantia (Ausgelassenheit)	Disciplina (Ordnung)
3. Joculatrix (Vergnügungssucht)	Verecundia (Bescheidenheit)
4. Obduratio (Unbarmherzigkeit)	Misericordia (Mitgefühl)
5. Ignavia (Frustration)	Divina victoria (einen Sieg vollbringen)
6. Ira (Wut, Zorn)	Patientia (Geduld)
7. Inepta laetitia (Schadenfreude, Zynismus)	Gemitus ad Deum (Sehnsucht nach Gott)
8. Ingluvies ventri (Schlemmerei)	Abstinentia (Enthaltsamkeit)
9. Acerbitas (Verbitterung)	Vera Largitas (Großzügigkeit)
10. Impietas (Rücksichtslosigkeit)	Pietas (Güte)
11. Fallacitas (Lüge)	Veritas (Liebe zur Wahrheit)
12. Contentio (Streitsucht)	Pax (Liebe zum Frieden)
13. Infelicitas* (Unglücksseligkeit)	Beatitudo (Glückseligkeit)
14. Immoderato* (Maßlosigkeit)	Discretio (das rechte Maß)
15. Perditio animarum* (Seelenkälte)	Salvatio animarum (Seelenheil)
16. Superbia* (Hochmut)	Humilitas (Demut)
17. Invidia (Neid)	Charitas (Nächstenliebe)
18. Inanis gloria (Ruhmsucht)	Timor Domini (Ehrfurcht)
19. Inobedientia (Ungehorsam)	Obedientia (Gehorsam)
20. Infidelitas (Unglaube)	Fides (Glaube)
21. Desperatio (Verzweiflung)	Spes (Hoffnung)
22. Luxuria (Überfluß,Wollust)	Castitas (Liebe zum einfachen Leben)
23. Injustitia (Ungerechtigkeit)	Justitia (Gerechtigkeit)
24. Torpor (Schwäche)	Fortitudo (Tapferkeit, Stärke)
25. Oblivio (geistige Umnachtung)	Sanctitas (Heil an Leib und Seele)
26. Inconstantia* (Unbeständigkeit)	Constantia (Beständigkeit)
27. Cura terrenorum (Sorgen machen)	Caeleste desiderium (Ursehnsucht)
28. Obstinatio (Hartherzigkeit)	Compunctio cordis (Umkehr, Reue)
29. Cupiditas (Sucht, Abhängigkeit)	Contemptus mundi (Sucht- Freiheit)
30. Discordia (Zwietracht)	Concordia (Harmonie)
31. Scurrilitas (Spottsucht)	Reverentia(Würde)
32. Vagatio (Labilität)	Stabilitas (Stabilität)
33. Maleficium (Magie)	Cultus Die (Gottes Verehrung)
34. Avaritia (Geiz)	Sufficientia (Genügsamkeit)
35. Tristitia speculi* (Weltschmerz)	Coeleste gaudium (Freude)

Fasten als Universaltransformation außer bei *Lit. Wighard Strehlow:

1. „Die Seelenapotheke der Heiligen Hildegard," Strehlow Verlag, 78476 Allensbach
2. „Die Psychotherapie der Hildegard von Bingen," Knaur Verlag, München
3. „Der Hildegard Fastenbegleiter," Knaur , München, Januar 2017
4.. Fasten- und Lebensbegleiter" Strehlow Verlag, Allensbach, Frühjahr 2024

Das Leben beginnt mit einer Liebeserklärung Gottes an die menschliche Seele:

„Dich hab ich je und je geliebet,
Und darum zieh ich Dich zu mir.
Ich komme bald,
Ich stehe vor der Tür,
Mach auf, mein Aufenthalt!“

Es handelt sich hier um den Einzug Gottes in die menschliche Seele. Das Leben beginnt mit einem Hochzeitsfest! Der Mensch ist der Tempel Gottes: „Wisst ihr nicht, dass ihr Gottes Tempel seid und der Geist Gottes in euch wohnt?

1.Kor. 3,16

Gott feiert mit uns ein Fest und dazu komponierte Johann Sebastian Bach diese Hochzeits-Kantate: Erotik PUR: J. S. Bach - Kantate BWV 49 „Ich geh und suche mit Verlangen“
Video in youtube J-S.-Bach-Stiftung, St. Gallen mit Rudolph Lutz

Gott bittet uns: Mach auf, ich ziehe bei Dir ein mit meinem göttlichen Militär, dem 35 göttlichen spirituellen Abwehrsystem: Powerfrauen. Sie werden dich schützen gegenüber allen äußeren und inneren Feinden. Sie werden deinen Körper stärken und sämtliche Körperfunktionen steuern, denn „die Seele ist tief mit dem Körper verbunden und schützt ihn vor allen Krankheiten.“

Hildegard von Bingen

Von der Heilkraft der Seele

Aus den Erkenntnissen der Psycho–Neuro–Immunologie wissen wir, dass die Seele über die Zirbeldrüse Hormone und Neurotransmitter verteilt und an das Gehirn, das Herz, die Lungenflügel, die Leber und sämtliche Organe weiter gibt. Ebenso gelangen die Botenstoffe und Hormone zu den Sexualorganen, wobei sie durch ihre Feuerwärme dieselben kräftigen und alle anderen Glieder schützen.

„Deshalb sind Gott und Mensch eins, wie Seele und Leib, weil Gott den Menschen nach seinem Bilde und als ein Gleichnis seiner selbst geschaffen hat. Der Mensch ist die sichtbare Darstellung des allmächtigen unsichtbaren Gottes mit all seinen Wundern.
Deshalb ist der Mensch die ganze himmlische Harmonie, ein Spiegel der Gottheit und der Mensch ein Spiegel aller Wunder Gottes.“

Hildegard von Bingen, „Ursachen und Behandlungen“

Heilung durch die Vagus-Meditation

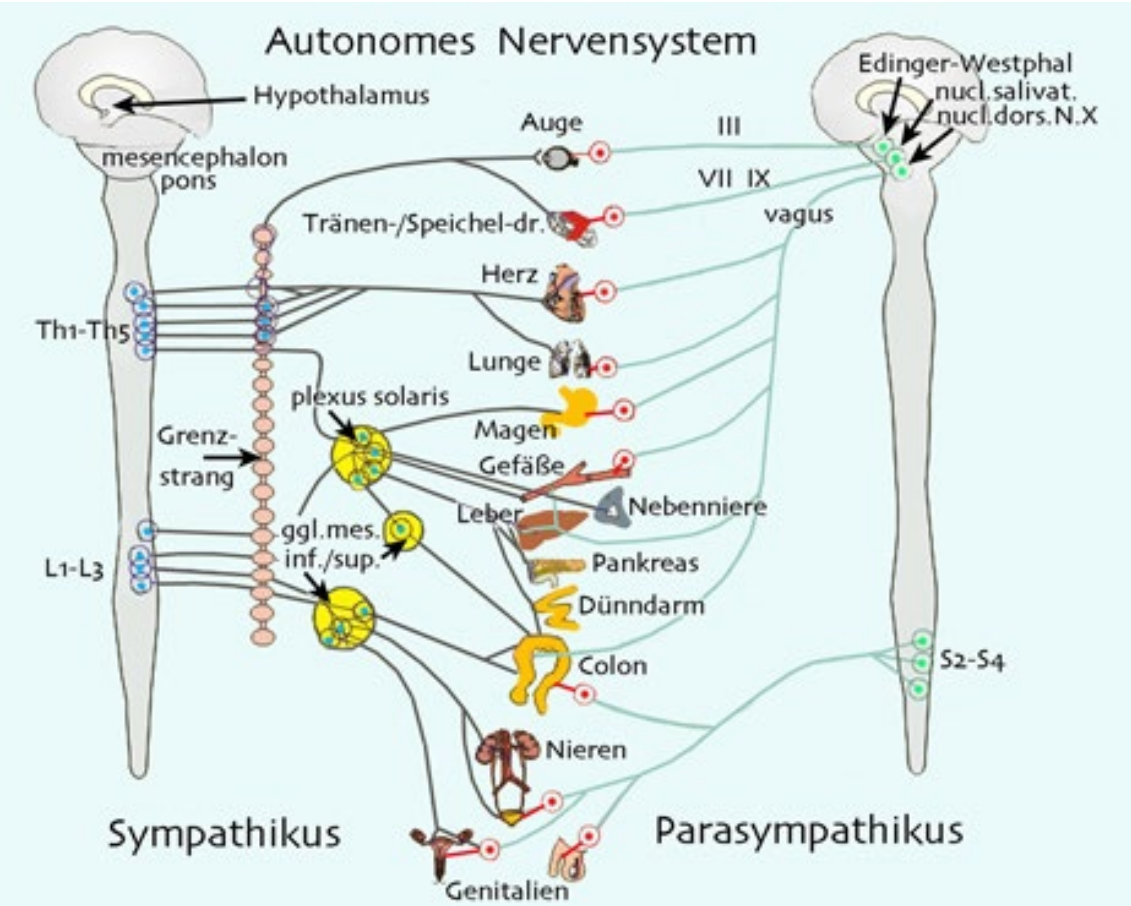
Prof. Dr. med. Gert Schnack

Wenn du aber den Tempel verlässt und dein göttliches Menschenbild ablegst, öffnen sich die Tore zur Hölle und 35 dämonische Kräfte übernehmen das Kommando. Unter diesen Umständen wird gelogen und betrogen, es herrschen Frustration, Aggression, Mord und Totschlag, Respektlosigkeit bis hin zum Weltschmerz Nr. 35 und Weltuntergangsstimmung. Das alles hat gesundheitliche Folgen, die Hildegard symbolisch als Krankheiten beschreibt.
Der Vagus-Nerv hat zwei Stränge, den Sympathikus oder Stressnerv und den Parasympathikus, der Nerv, der durch die Glückshormone Frieden, Ruhe und Erholung, Heilung und Wohlbefinden auslösen kann. Beide sind über die 35 Wirbel der Wirbelsäule mit sämtlichen Organen von Kopf bis Fuß verbunden.

Jeder hat die freie Wahl, unter welchen Umständen er sein Leben verbringen will und welcher Vagus-Nerv aktiviert werden soll. Alle 35 seelischen Laster lösen Stress aus !

Was passiert beim Stress?

Wenn wir in Stress geraten, aktiviert das Gehirn in Millisekunden Stresshormone als Neurotransmitter Adrenalin, Cortisol und Noradrenalin, die über den Sympathikus-Nerv in den Körper schießen, das Abwehrsystem und die Organe angreifen und das Gehirn zerstören. Unter Stress kann niemand klar denken.



Sofort steigt der Blutdruck, das Herz rast, der Blutzucker steigt, die Durchblutung von Haut und Muskeln nimmt zu, die Pupillen weiten sich, die Atmung wird kürzer und die Verdauung kommt zum Stillstand. Bei diesen Verdauungsstörungen kann es zu Darmentzündungen kommen und durch die poröse Darmschleimhaut können nun die Darmbakterien, Giftstoffe, Allergene ins Blut geraten und eine Allergie oder Autoaggression auslösen, anstatt uns davor zu schützen. Chronischer Stress kann das Leben zur Hölle machen oder sogar das Leben um Jahre verkürzen.
Chronischer Stress führt zu erheblichen gesundheitlichen Problemen: durch Adrenalinmangel erfolgt Energieverlust, Müdigkeit und schlussendlich BurnOut, die Volkskrankheit Nr. 1.
Dabei zerstören die Stresshormone Cortisol und Noradrenalin nicht nur die natürliche Darmflora, sondern auch das körpereigene Abwehrsystem und die Auto-Phagozytose, wodurch die Zellerneuerung zum Stillstand kommt.
Stress hat nicht nur negative Auswirkungen auf die Verdauung, sondern auch auf die Darmbakterien.
Der Mensch wird alt, krank und jede Wundheilung wird unnötig verlängert.

Der Parasympathikus ist der große Vagus-Ruhe-Nerv

Wenn wir den Parasympathikus aktivieren, sinken die Stresshormone sofort in Sekundenschnelle und die Glückshormone steigen an, bringen den Körper wieder ins Gleichgewicht und in die große Tiefenentspannung.
Dieser, in jedem Menschen verborgene, Prozess setzt voraus, dass wir zur absoluten Wahrheit finden.

Dabei ist die zentrale Frage unserer Existenz: Gibt es einen Gott ? Wer bin ich? Woher komme ich und wohin geh ich? Alles Fragen, denen die Heilige Hildegard in ihrem Buch „Scivias – Wisse die Wege“ nachgeht.

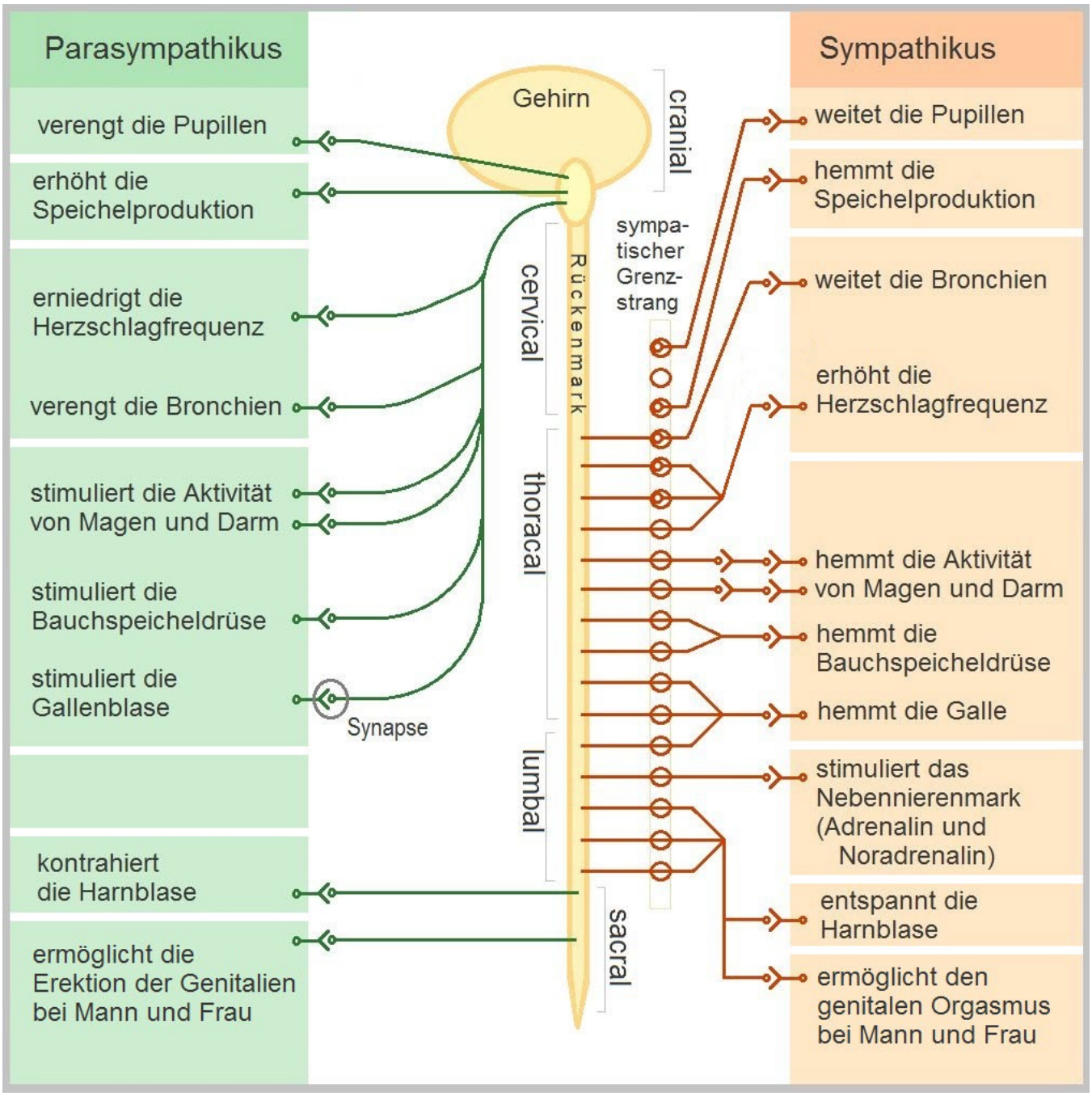
Der Quantenphysiker Hans Peter Dürr und Leiter des Max-Plank-Instituts München war dieser Wahrheit auf der Spur: „Jenseits der Materie existiert die spirituelle Welt des Glaubens, die Mikro- und

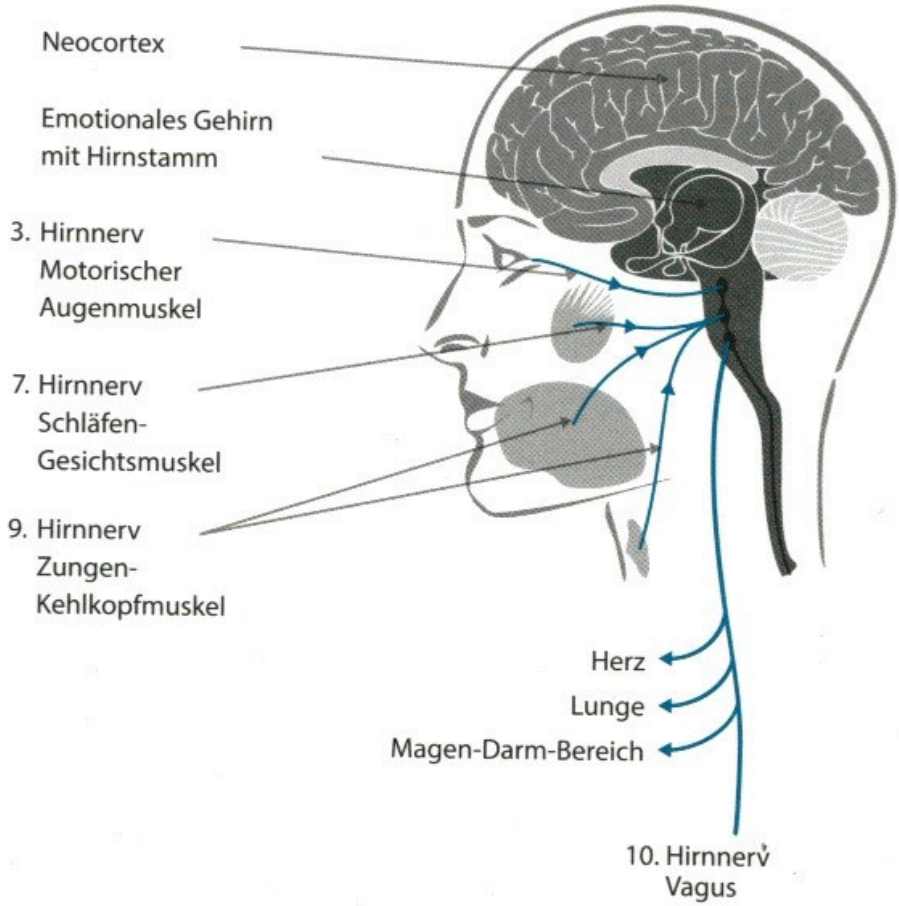
Makrokosmos miteinander verbindet, zusammengehalten vom elektromagnetischen Energie- und Informationsfeld," wie sie Hildegard in ihrem Visionsbild über die Dreifaltigkeit sichtbar gemacht hat:

Durch die Vagus-Meditation erreichen wir die Heilkräfte der 35 Tugenden und stärken die Abwehr

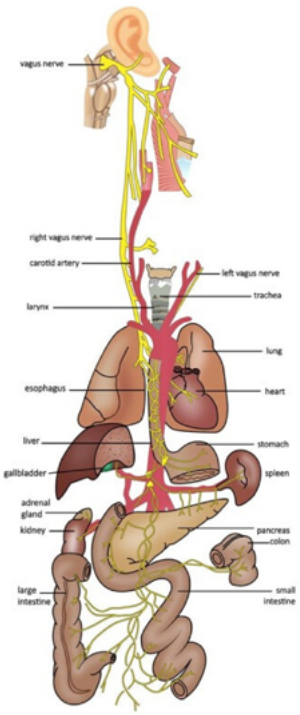
Wir haben drei Möglichkeiten, um den Vagus-Nerv zu aktivieren: Die drei Hirnnerven 3, 7 und 9 aktivieren im Hirnstamm, der Verlängerung zwischen Rückenmark und Gehirn den 10. Hirn-Nerv, den Vagus (siehe Abb. auf nächster Seite).

Dieser leitet die Signale an das Herz, die Lunge, an Magen und Darm weiter. Nach spätestens 15 Minuten Vagusmeditation ist der Stress weg. Nicht der Stress macht krank, sondern weil wir keine Vagus-Meditation machen, werden wir krank.





Stimulation des Vagus in Sekunden über die Hirnnerven 3, 7 und 9
Frank Elstner, Gerd Schnack, Bonus Jahre, Piper München 2018



Vagus der Botschafter zwischen Psyche und Körper

Vagus Meditation Professor Dr. med. Gerd Schnack

- Singen, Summen, Gurgeln
- Schnurren wie eine Katze, Brummen wie ein Bär oder Bellen wie ein Hund.
- Augäpfel zart palpieren,
- Die Saigon-Hocke (asiatische Hocke) üben: dreimal hintereinander in die Hocke gehen Wiederholen Sie die Hocke mehrmals täglich.
- tiefes Atmen steigert die Vagus-Aktivität und fördert die Glücksgefühle
- Kalt Duschen
- Gebet und Meditation

Es ist alles sehr einfach:

1. Aktivieren Sie den **3. Gehirn-Nerv** Oculomotorius, indem Sie die Handballen sanft auf die Augen legen und einen sanften Druck ausüben. Sie sehen Farben wie in einem inneren Kino.

2. Aktivieren Sie den 9. Gehirn-Nerv, den Nervus glossopharyngeus, den Zungen-Kehlkopf-Nerv durch Kehlkopfvibrationen gegen Stress, z.B. durch Tierlaute, Schnurren wie eine Katze, Brummen wie ein Bär. Singen Sie aus vollen Herzen!

3. Aktivieren Sie den **7. Gehirn-Nerv – Nervus facialis,** zuständig für die mimische Muskulatur, die Lachfalten. Erhalten sie ihre Lachfalten, Sie hatten ein wunderschönes Leben. Lachen Sie!
Der Vagus ist für die obere Körperhälfte zu 75 % an der Stressbeseitigung beteiligt.
Der Pudendus-Nerv ist für die untere Körperhälfte zuständig und beseitigt die restlichen Stresszustände mit 25 %. Beide zusammen sorgen für eine 100%tige Stressbeseitigung.

4. Aktivieren Sie den **Nervus pudendus,** durch den der absteigende Dickdarm, der Enddarm, die Harnblase mit der Prostata und die weiblichen und männlichen Geschlechtsorgane versorgt werden, mit der Saigon-Hocke, so wie auch Kinder in der Hocke spielen. Beide Fersen berühren den Boden und in der tiefen Hocke nähert sich der Popo den Fersen auf zwei Querfinger-Breite.

Zellerneuerung und des Zellabbaus von abgestorbenen Körperzellen ist lebensnotwendig und findet ständig statt, damit abgestorbene Körperzellen verdaut und von den Lysosomen aus dem Verkehr gezogen werden.
Auf diese Weise kann sich der Körper um viele Jahre bis in die Jugendzeit verjüngen oder um noch viele Jahre sein Leben zu verlängern, um gesund und stark 70, 80 90 oder 100 Jahre alt zu werden, ohne Krebs, Diabetes, Alzheimer oder sonst noch eine Krankheit zu bekommen.

Autophagie spielt bei der Entstehung von Tumoren eine große Rolle, ebenso wie bei der Abwehr von SARS-CoV-2 S-Viren, Bakterien und Pilzen.
Bei Infektionen, in Alterungsprozessen und bei der Entstehung von Krankheit hat der Vorgang eine Schlüsselfunktion gegen das Altern und für eine stabile Gesundheit.

Einfach und wirksam lässt sich auch die Autophagozytose mit Hilfe des Hildegard-Fastens anregen. Dazu gehört ein Vorfasten von drei Tagen mit ausschließlich Dinkel, Obst und Gemüse. Danach folgt der Fasteneinstieg mit einem Bratapfel und anschließend sieben Tage mit Dinkel, Grieß, Gemüse und Suppen. Danach kommt das Fastenbrechen mit einem Bratapfel und anschließend drei Aufbautage mit Dinkel, Obst und Gemüse, ohne Fleisch.

Während der Fastenzeit sucht der Körper alle herumliegenden Nahrungsreserven und Schlackenstoffe auf, um sie zu verbrennen. Der ganze Körper wird dabei durch die Phagozytose gereinigt und von Müll befreit.

3. Schnelle Hilfe durch Hildegard-Schröpfen – Reinigung der Lymphe

Die Lymphe fließt zwischen Haut und Organen, verfügt aber auch über Lymphknoten und der Milz, wo insgesamt alle Toxine, Schlackenstoffe, Abfallprodukte aus der Phagozytose abtransportiert und entsorgt werden. Das Hildegard-Schröpfen ist eines der besten und schnellsten Entgiftungsverfahren, um die verstopfte Lymphe zu reinigen und um rasch die Entzündungs-Symptome, Schmerzen, Schwellungen oder Schwellungen von Lymphknoten zu beseitigen.
Ganz aktuell hat sich das Schröpfen bewährt, um die toxischen Spike-Proteine zu entfernen.

4. Hildegard Immun-Kraft

Wie bekomme ich ein starkes Immunsystem?

Aus den stärksten Gewürzen, die Hildegard beschrieben hat, wurde eine universal wirksame Kombination entwickelt, die gleich im mehrfacherweise die menschliche Immunabwehr verstärken kann: Es handelt sich dabei um Ingwer, Galgant, Bertram und Zimt, die ich Hildegard Immun-Kraft® genannt habe.

Alle vier Gewürze sind für sich alleine
- antiviral, antimikrobiell
- entzündungshemmend
- krebshemmend
- antioxidativ

Gesunde Zellen werden von freien Sauerstoff-Radikalen angegriffen und vom „oxidativen Stress“ vernichtet. (siehe unten). Alle Körperzellen können so zerstört werden. Sogar die DNA kann oxidativ angegriffen werden und die Lebenszeit verkürzen.

Sie können die Hildegard Immun-Kraft® beliebig anwenden als:

- Gewürz übers Essen streuen, täglich 1 TL über's Habermus
- 1 TL in Tee oder mit 1 Glas Wein 1 Min. aufkochen, bis der Alkohol weg ist und warm schluckweise vor dem Schlafen trinken
- 1 TL in 1 LG (40 – 50 ml) Wasserlinsen-Wermut - oder in einen Fruchtsaft

Bisher gibt es von der Hildegard Immun-Kraft® folgende Anwendungsformen:

- Pulvermischung
- Alkoholischer Extrakt zur Verstär-

kung von Elixiren

- Schweizer Schokolade aus Rohkakao und 80%iger Bitterschokolade.
- Hildegard Immun-Kraft-Kekse, drei bis fünf Stück pro Tag

Hildegard Immun-Kraft® Schokolade reduziert den Stress und ermöglicht einen wunderbaren Ausblick auf einen neuen Tag.
Ein spezieller Kakao mit hohem Flavonoid-Gehalt kann die kognitiven Gehirnfunktion positiv beeinflussen, besonders bei älteren Erwachsenen mit frühzeitigem Gedächtnisverlust.

Die Wirkung der Hildegard Immun-Kraft® geht auf den Ingwer, Bertram und Galgant zurück. Über beide erschienen bereits die Informationen in den St. Hildegard-Briefen Nr. 108, 110,115.

Ingwer - Was bewirkt Ingwer für die Gesundheit?

Für die Long-Covid-Impfschäden hat Ingwer folgende Wirkungen:

- Entzündungshemmende Wirkung
- Verringert Übelkeit: Besonders bei Menschen, die sich einer Chemotherapie unterziehen
- Lindert Muskelschmerzen
- Fördert die Darmentleerung
- Reduziert Menstruationsschmerzen
- Senkt den Cholesterinspiegel
- Stärkt Ihr Immunsystem

Die entzündungshemmenden Eigenschaften des Ingwers stärken das Immunsystem.

Galgant – schützt jede Körperzelle

Galgant schützt vor der SARS-CoV-2-Virus-Infektion. Galgant sitzt wie ein Wächter vor jeder Körperzelle und lässt niemanden rein. Dabei vertreibt Galgant alle Erreger, insbesondere das SARS-CoV-2-Virus, es muss sterben.

Bertram - Sauerstoff-Verbrennung und die „letzte Ursache“ von Krebs

Sauerstoff und Glukose sind die wichtigsten Lebensmittel für die Energiegewinnung des gesamten Körpers. Die Verbrennung von Glukose mit Sauerstoff findet in den kleinen Kraftwerken der Körperzellen statt, den sogenannten Mitochondrien. Diesen Vorgang nennt man Zellatmung. Jede Körperzelle hat etwa 1500 Mitochondrien. Dabei wird Glukose mit Hilfe von Sauerstoff zu Wasser und Kohlendioxid abgebaut und das ATP = Adenosintriphosphat als Energiespeicher gewonnen.
Die Energiebatterie ATP wird vom Körper verbraucht und Wasser und Kohlendioxid über die Nieren und Lungen ausgeschieden. Keine Übersäuerung, keine Rückstände im Vergleich zur Eiweißverbrennung, die zu Harnsäure und Übersäuerung (Azidose) führt!
In einem sauerstoffreichen Milieu gibt es keine Krankheiten, keine Infektionen und auch nicht Krebswachstum, alles was Krankheiten auslösen könnte, wird vom Sauerstoff zerstört. So wie Hildegard schreibt: „Gesunde bleiben gesund, Kranke werden gesund.“
Mit mehr Sauerstoff in den Zellen werden mehr Bakterien, Viren vom Abwehrsystem abgetötet.

Das Ergebnis ist ein außerordentlich starkes Immunsystem.

Diese Hildegard Naturheilmittel haben sich bei der Behandlung von COVID-19 und Long COVID bewährt

1. Mit **Wermut-Elixir,** in der Zeit von Mai bis Oktober, wird bereits die Grippeabwehr für den Winter aufgebaut. Die Bitterstoffe stärken die Schleimhäute und regen das Immunglobulin IgA zur Abwehr gegen Grippeviren an. Es ist sehr wichtig, das Immunsystem vor der Grippezeit zu unterstützen, um eine Virusgrippe zu verhüten, da alle Viren, die wir im Laufe des Lebens aufgesammelt haben, im Blut ihre Spuren hinterlassen und in der Lage sind, bei Abwehrschwäche Krebs auszulösen.

2. Pelargonien-Mischpulver NEU – eine Mischung aus Edelpelargonien und Ruprechts-Kraut mit Bertram und frisch gemahlenem Muskat
verhütet aufgrund seiner virusstatischen Inhaltsstoffe die echte Virusgrippe. Wirksam bei folgenden Symptomen:

1. Niesen

2. Kopfweh: 1TL Pelargonien-Mischpulver mit Salz auf Brot essen.

3. Heiserkeit, Halsweh: 1 TL Pelargonien-Mischpulver mit einem Glas heißen guten Bioweins aufkochen und als Glühwein warm trinken.

4. Husten: 1 TL Pelargonien-Mischpulver wird in einem Pfannkuchen-Teig mitgebacken.

5. Magenkatarrh: 1 TL Pelargonien-Mischpulver über die Speisen streuen.

6. Herzschmerzen während oder nach einer Virusgrippe: dreimal täglich 3 Msp. ins Essen geben.

Pelargonium-Duft- oder Grippespray: Die ätherischen Inhaltsstoffe des Pelargonien-Mischpulvers als Raumspray im Raum oder auf dem Handrücken mehrmals täglich sprühen.

4. **Galgant-Himbeer-Wasser:** bei Grippe, Virusfieber, Sommer-, Grippefieber, Masern. Zwei Galganttabletten und eine frisch ausgepresste Zitrone in einem Glas warmen Wasser geben. Die Mischung dreimal täglich, ebenso einen TL Extrakt Hildegard Immun-Kraft® mit Himbeerwasser, trinken.

5. **Andorn-Fenchel-Dillkräuter:** Husten, Heiserkeit, Kehlkopfentzündungen

6. **Hirschzungenelixier:** Leber- und Lungenmittel bei Bronchitis, Husten, Asthma, Lungenentzündung, Leber- und Lungenmittel bei Bronchitis, Husten, Asthma

Bei hartnäckigem Husten, besonders wenn dahinter verborgene Leberschädigungen die Heilung behindern, sollte das Hirschzungenelixier kurmäßig eingesetzt werden.
Hirschzungenelixier ist eines der besten Hildegard-Heilmittel bei schwerem hartnäckigem Lungenleiden. Das Hirschzungenelixier hilft besonders bei »Fäulnis und Schleim«, die aufgrund von gestörtem Leberstoffwechsel entstanden sind.

7. **Königskerzenmischung** (Sängermittel): Husten, Hals- oder Brustschmerzen

Patienten mit Halsweh und Heiserkeit sollen Stimmkräuterwein trinken. Das Mittel wird erfolgreich von vielen Opernsängern anstelle von Antibiotika getrunken.

8. **Andornmischkräuter:** Virusgrippe, Schnupfen, Husten und Heiserkeit

9. **Andorn-Rahm-Suppe:** Halsschmerzen, Angina
»Wer in der Kehle krank wird, koche Andorn in Wasser, siebe es ab und füge doppelt so viel Wein hinzu, lass nochmals in einem Topf unter Zugabe von reichlich Butter aufsieden und trinke das oft, und er wird in der Kehle geheilt.«
Vor jeder Mandeloperation sollte unbedingt ein Versuch mit der Andorn-Rahm-Suppe gemacht werden, denn so mancher Eingriff ist durch diese Anwendung überflüssig geworden.

10. **Akelei:** beseitigt nicht nur Polypen, sondern auch schmerzlose Halsdrüsenschwellungen. Geschwollene Lymphdrüsen treten auch nach Entzündungen im Kopfbereich, Mandelentzündung, bei Mittelohrentzündungen oder Eiterherden an Ohr oder Zähnen auf.
Bei Lymphknotenschwellungen und Polypen isst man täglich ein Akeleiblatt frisch aus dem Garten.
Die Halsdrüsenschwellungen, die hier gemeint sind, sind jene der perlschnurartigen Drüsen am Hals, die nicht wehtun, sondern bei Kindern vorkommen und einen dicken Halsansatz machen.

    Akelei Urtinktur 3 – 5 x täglich 20 Tropfen zur Stärkung des Immunsystems, bei Erkältungen, Husten und Verschleimung.

11. **Meerrettich-Galgant-Mischung:** Kurzatmigkeit, Stauungsbronchitis, Atemnot, hartnäckiger Husten, Chronische Erkältungen, Virusinfektionen, Herpes, Abwehrschwäche und Präkanzerose. Je ein EL auf Butterbrot und aufessen.

Ganz allgemein empfiehlt Hildegard, täglich 5 –10 süße Mandeln zu essen: »Wer ein leeres Gehirn hat, eine blasse Gesichtsfarbe und Kopfschmerzen, sollte oft die Früchte essen, und sie füllen sein leeres Gehirn und geben ihm die rechte Gesichtsfarbe. Auch wer lungenkrank ist und eine kranke Leber hat, sollte oft Mandeln essen, entweder roh, gebacken oder gekocht, und sie bringen der Lunge neue Kräfte, weil sie den Patienten nicht austrocknen, sondern ihn nur stärken.«

Schnupfen, Husten, Heiserkeit

12. Rainfarnpulver

Hat die Erkältung so richtig zugeschlagen, muss man andere Heilmittel einsetzen. Wenn die ganze Umgebung erkältet ist, hilft als Familienmittel - das Rainfarnpulver. Aber nicht nur dann, sondern auch bei Katarrh, chronischer Nebenhöhlenentzündung, trockenem Keuchhusten, Pseudokrupp, Auswurf und Ausfluss.

13. Rainfarn-Pfannkuchen

Bei chronischen Nebenhöhlenentzündungen helfen sowohl Rainfarnmehlsuppe als auch Rainfarnbouillon sowie Rainfarnpfannkuchen.

14. Rainfarnrührei

2 TL Rainfarnmehl mit 1 - 3 Eiern unter Zugabe von ein wenig Wasser zu Rührei verrühren und in Butter backen.

15. Rainfarnmehlschwitze

Aus 1 - 2 EL Rainfarnmehl und Butter eine goldbraune Mehlschwitze bereiten und mit etwas Wasser ablöschen. Zu Bohnen oder gedünsteten Fleischgerichten als Soße geeignet.

Grippe, Virusfieber, Sommer-, Grippefieber, Masern

16. Galgant-Himbeer-Wasser

2 Galganttabletten oder
1 Schuss Himbeersaft
2–3 Msp. Galgantpulver
1 frisch ausgepresste Zitrone
1 Glas kaltes Wasser

Die Mischung dreimal täglich trinken.

Husten, Heiserkeit, Kehlkopfentzündung

17. Andorn-Fenchel-Dillkräuter

Hildegard unterscheidet sehr genau zwischen einfachen und komplizierten Erkältungskrankheiten. Bei einfachem Erkältungshusten, also nicht Keuchhusten oder Bronchitis mit schwerem Auswurf, helfen die Hustenkräuter, eine Mischung aus Fenchel, Dill und Andorn.

Schwerer Schnupfen, Stock- und Heuschnupfen

18. Fenchelmischkräuter

Kleinkinderhusten, Grippe, Bronchitis, Husten-, Seiten- und Brustschmerzen

19. Wermutöl

Bronchitis, Rippenfellentzündung
»Gieße Wermutsaft in doppelt so viel Olivenöl, wärme es in einem gläsernen Gefäß an der Sonne und bewahre es so für ein Jahr auf. Wenn ein Mensch in der Brust leidet, sodass er davon zu husten anfängt, den salbe damit dort auf der Brust. Wenn es ihm an der Seite wehtut, reibe ihn dort ein. Und es heilt ihn innerlich und äußerlich.«

10 ml Wermutsaft, 20 ml Olivenöl und frisch gepressten Wermutsaft in Olivenöl mischen und in einer Medizinflasche 10 Tage dem Sonnenlicht aussetzen. Einige Tropfen ein oder mehrmals täglich (vor allen Dingen vor dem Schlafen) über dem Brustbein einreiben. Vorsicht! Wermutöl kann Allergien auslösen. Daher vorher einen Tropfen einreiben und beobachten, ob eine Rötung eintritt.

Chronische Erkältungen, Virusinfektionen, Herpes, Abwehrschwäche und Präkanzerose
Auf diese Symptome sollten Sie unbedingt achten:

Nr.7 Frühwarnsignale der Praecancerose

- 1. Herz: Herzschmerzen, Herzschwäche, Herzbeschwerden ohne eigenen organischen Befund
- 2. Lunge: ständige Erkältungsanfälligkeit, Sinusitis, Bronchitis
- 3. Leber: Hepatitis, Leberzirrhose
- 4. Magen: Schmerzen, Schluckauf, Sodbrennen
- 5. Darm: Blähungen, Entzündungen, Blut, Verstopfung oder Durchfall im Wechsel
- 6. Körper: rheumatoide Schmerzen, hin und her ziehende Schmerzen im ganzen Körper, Zwicken im Bauch, Koliken, Hexenschuß und Ischialgie

Dann darf dieses Mittel nicht eingesetzt werden.

Zusätzlich sollte man regelmäßig Ziegenmilch trinken. Ziegenmilch ist leicht verdaulich und hat einen hohen Gehalt an Vitamin A, B und D. Die Fettpartikel der Ziegenmilch sind kleiner als die der Kuhmilch, sodass sie natürlich homogenisiert und nicht so leicht schlecht wird wie Kuhmilch.

20. Wasserlinsen-Elixier Bio

Wenn alle Stricke reißen, hilft das Wasserlinsen-Elixier. Es ist das stärkste Mittel, wenn alles andere nichts nutzt, bei chronischen Erkältungen, Virusinfektionen, Herpes, Abwehrschwäche und Präkanzerose u.v.a.m. Wir haben den lateinischen Hildegard-Text noch mal studiert und ein neues Wasserlinsen-Elixier mit Bio-Wein und Bio-Honig sowie Kräutern und Gewürzen aus biologischen Anbau hergestellt, zusätzlich einen Tl Hildegard Immun-Kraft®-Extrakt dazu.

21. Rosen-Lakritz-Süßholzsaft gegen das Coronavirus.
Bei chronischer Entzündung der Mundschleimhaut, des Kehlkopfes oder Speiseröhren-Entzündung, Herpes labialis, Eppstein Barr Virus.

Die Lakritzwurzel enthält zahlreiche Verbindungen, einschließlich Glycyrrhizinsäure (GA). GA hemmt die Replikation mehrerer Viren in vitro, einschließlich Herpesviren, HIV und dem **SARS-Coronavirus.**
Lakritze, abgeleitet von der Wurzel von *Glycyrrhiza glabra,* wird auch als alternative Medizin zur Behandlung von Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren, Halsschmerzen, Bronchitis, Husten, Arthritis, Nebenniereninsuffizienz und allergischen Erkrankungen eingesetzt.

Eine aktuelle JCI-Studie zeigt, dass die Behandlung von Zellen, die latent mit dem Kaposi-Sarkom-assoziierten Herpesvirus (KSHV) infiziert sind, mit Glycyrrhizinsäure, die Synthese eines viralen Latenzproteins reduziert und die Apoptose infizierter Zellen induziert. Dieser Befund legt einen neuen Weg nahe, die Latenz zu unterbrechen.

Rosen-Lakritzsaft – die Feuerwehr der entzündeten Schleimhäute

Dosierung: 1 – 3 x täglich einen TL im Mund einspeicheln.

Rosen-Lakritzsaft legt sich über die Schleimhäute von Mund, Kehlkopf und Speiseröhre und übt sofort seine entzündungshemmende, schmerzstillende und wohltuende Wirkung aus. Selbst eine entzündete Magenschleimhaut verliert das brennende Gefühl, sodass Rosen-Lakritzsaft bei Gastritis und Speiseröhren-Entzündung spontan Schmerzen, Entzündungen und Brennen beseitigt. Therapiebegrenzung bis Besserung eintritt, aber nicht länger als 4 Wochen.

COVID-19 Therapie bei Nervenkrankheiten

Bei jeder COVID-19-Impfung schießt mRNA in jede Körperzelle und löst die Spike-Protein-Synthese aus.

Darunter leidet besonders das Nervensystem, weil die Abwehr durch Entzündungs-Zytokine die toxischen Spike-Proteine zerstört. Der dabei entstandenen Zellmüll, die Schlackenstoffe und Toxine reichern sich unter der Schädeldecke an und provozieren den autoaggressiven Angriff der eigenen Abwehr, wodurch die Nervenzellen ihrerseits angegriffen

werden und entzünden. Die hier folgenden Naturheilmittel sind in der Lage, das Gehirn von diesem Müll zu befreien:

1. Balsamkraut-Fenchel-Tee
2. Schwertliliewurzel – Wegerichwurzel – Muskatnuss – Galgant
4. Aronstabwurzel-Wein
5. Veilchen-Elixier
6. Weinraute oder Weinraute-Tabletten
7. Gelöschter Wein
8. Nervenkekse

22. Meisterwurz-Wein - der Meister gegen alle Infektionen, vor allem bei - COVID-19

Indikation: Universal-Fiebermittel; akutes, schweres Fieber mit hohen Temperaturen z. B. COVID-19, Masern, Scharlach, Lungenentzündung, Hirnhautentzündung, Mandelentzündung, Grippe, Bronchialerkrankungen, Verschleimung der Atemwege, allgemeine Schwächezustände, Steigerung der Abwehrkräfte; zur Ausleitung bei chronischen Lebervergiftungen durch Toxine bei Infektionskrankheiten, Umweltgiften und zur Schwermetallausleitung.
Achtung: Wegen des Alkoholgehalts des Weines nicht bei Magen- und Darmschleimhautentzündungen einsetzen.
Zubereitung:
2 TL geschnittenen Meisterwurz im Mörser zerstoßen, in 1/4 Tasse Wein über Nacht stehen lassen. Am nächsten Morgen nochmals 1/4 Tasse Wein zusetzen und absieben.
Jeden Abend neu ansetzen.
Anwendung:
Von dieser Mischung tagsüber vor dem Essen schluckweise trinken.
Kurdauer:
3 – 5 Tage, nicht unterbrechen, sonst gibt es Rückfälle! Eine Wiederholung ist selten nötig.
Bei Kindern immer nur teelöffelweise, bei Kleinkindern sogar nur tropfenweise anwenden.
Aus der wissenschaftlichen Pflanzenheilkunde: Radix Imperatoria, die Wurzel des Kaisers oder Meisterwurz, (Peucedanum ostruthium Koch) regt alle Lebensgeister an und war schon im Mittelalter das beste Gegenmittel bei Vergiftungen und ansteckenden Krankheiten. Die ätherischen Inhaltsstoffe sind stark antviral, antibakteriell, entzündungshemmend und stärken das Immunsystem.
Die Bitterstoffe dagegen wirken insgesamt tonisierend, appetitanregend und verdauungsfördernd.
Die Bioflavonoide können stressbedingte Sauerstoffradikale beseitigen und somit Entzündungszustände zum Stillstand bringen.
Die Meisterwurz enthält ätherische Öle, aromatische Bitterstoffe, Cumarine, Bioflavonoide, Gerbstoffe und wird in der Volksheilkunde wie ein Universalmittel bei Magen-Darmbeschwerden eingesetzt, um den gesamten Darmtrakt zu reinigen, die Verdauungssäfte anzuregen und die Darmtätigkeit zu verbessern.

Aus der „Hildegard Naturapotheke“ von

Wighard Strehlow,
Knaur Verlag, 2014
München

Protokolle für eine schöne gesunde Haut – so heilen wir mit der Hildegard-Heilkunde die Haut

Madame Marie Carrasquedo aus Barcelona, ist eine geniale Kometikerin und Phytotherapeutin und entwickelt in Pamplona, Spanien im Laboratorium AURUM die Hildegard-Kosmetik.
Wir kennen uns seit 2020 und haben eine Zusammenarbeit auf dem Gebiet der Hautkosmetik und Hautgesundheit vereinbart.
Einmal jährlich kommt Marie nach Konstanz, wo wir gemeinsam die Ausbildung der Hildegard-Gesundheitsberater vornehmen.
Drei Jahre lang haben wir die Ausbildung wegen Corona unterbrochen und erst in diesem Jahr haben wir mit 30 Hildegard-GesundheitsberaterInnen ein gemeinsames Seminar durchgeführt.

In der Natur befinden sich über 350 Hautheilmittel, die in der dem TB „Hautheilkunde der Heiligen Hildegard" habe. Das TB wird demnächst neu bearbeitet im Strehlow-Verlag erscheinen.

Marie bei ihrer Kunst, die Haut zu heilen:

1. Braune gutartige Altersflecken

(Keratoakanthom seborrhoe):

Eine Patientin hatte einen gutartigen, selbstheilenden braunen Altersfleck, der durch Sonneneinwirkung entstanden ist, wobei Melanozyten aus der Tiefe der Haut an die Oberfläche wanderten und im Hautfett eingelagert waren.

Zunächst wurde die Haut mit einer Mischung aus Rosentau und einigen Tropfen Orangenblütenöl gereinigt. Anschließend wurde ein neu entwickeltes Kosmetikum aus Helichrysum so aufgetragen, als ob man mit den Fingern wie auf einem Klavier spielen würde. Das neue Kosmetikum unter dem Namen "Virita Balm OR-DO" wird erst in einigen Monaten erhältlich sein.

2. Rosacea bzw. Rosazea
(Acne rosacea), auch Couperose genannt. Die Kopfhaut ist knallrot, trocken und chronisch entzündet.

Im Unterschied zu einer Akne sind bei einer Rosazea die Poren nicht verstopft.

Diese Patientin leidet jahrzehntelang und hofft auf eine Verbesserung, hat aber bisher keine Hilfe gefunden.

Bei dieser Behandlung wird zunächst Lilien-Blüten-Wasser auf Gesicht und Dekolleté gesprüht. Anschließend wird ein pflanzlich enzymatisches Reinigungsmittel namens Rosentau unter rhythmischen Pulsationen des Herzens aufgetragen und mit Zugabe von 6 Tropfen Orangenöl im Gesicht v^e^rteilt.

3. **Rosacea bzw. Rosazea:**
   Bei einer anderen Frau mit Rosacea wurde abschließend noch eine Farbcreme aufgetragen, um die Haut sanft und schön zum Strahlen zu bringen.

4. **Akne:** Bei einer jungen Frau mit Akne wurde das Virita-Veilchenblüten-Wasser aufgetragen und anschließend mit einer sanften Virita-Lavendel-Purgationscreme eine Maske dünn aufgetragen.
   Mit dem Virita-Veilchen-Balm wurden sowohl die trockenen Lippen als auch die trockenen Fingerkuppen einmassiert. Bereits am nächsten Tag war eine deutliche Verbesserung aufgetreten.
   Das Lavendelöl in der Hautpurgations-Maske erwärmt leicht die Haut, wodurch das Fett in den verstopften Poren nach unten abschmelzen kann, wo es vom Blut wegtransportiert wird.

5. **Faltige Haut um die Lippen herum:**
   Eine andere Frau hatte viele Falten im Lippenbereich, Zahnprobleme und auch entzündetes Zahnfleisch. Marie zeigte ihr, wie sie eine Massage mit dem Virita-Balm-Red auf dem Zahnfleisch durchführen kann. Danach wurde Virita-Rosentau im Rhythmus mit der harmonischen Herzpulsationen im Gesicht und zum Abschluss Virita-Rosentau auf die Falten auftragen.
   Diese Behandlung sollte im Gesicht und im Mund zweimal täglich durchgeführt werden.

6. **Neurodermitis:** Bei einer jungen Frau wurde mit Virita-Wurzel-Peeling ein Peeling am Arm und der Armbeuge durchgeführt, um die Hautfarbe, Geschmeidigkeit und Feuchtigkeit zu verbessern.
   Das Ergebnis war spektakulär.

Erfolgsbericht:
Hautkrebs oder Senile Warzen
Die braun-rötlichen Warzen werden oft mit malignem Hautkrebs verwechselt. Bei diesem 50-jährigen Patienten wurde vom Hautarzt im Juli 2018 ein bösartiges Hautmelanom festgestellt, was sofort operiert werden sollte.
Bei jeder Operation besteht aber immer auch die Gefahr, dass Metastasen entstehen. Deshalb entschied sich der Patient zunächst erst mal für eine Behandlung mit Virita-Veilchen-Salbe von der Hildegard schreibt:
„Wenn die Krebszellen Veilchen riechen, müssen sie sterben!“
Australische Forscher haben Hildegards Aussage bestätigt, indem sie aus Veilchen zyklische kleine Ringe isolierten, die entstehen, wenn sich Aminosäuren zu kleinen Ringen vereinen. Diese Substanzen sind in der Lage, Krebszellen zu töten, allerdings muss sie transdermal angewendet werden.
11 Monate später im Juni 2019 war der Hautkrebs ausgeheilt und ist seitdem nie wieder aufgetreten.

St. Hildegard Brief 112, Nov.2021

Nachwort zum Gedenken an meine Schulfreund Matthias und meinen Pastor Dr. Werner

Ich schreibe diesen Brief zum Gedenken an meinen Schulfreund Matthias der am 17. Juni 1953, heute vor 70 Jahren, während des Volksaufstandes das Opfer kommunistische Diktatur in der DDR wurde.

Wir waren damals erst 13 Jahre alt und rüttelten mit den „Arbeitern und Bauern“ an den schweren Eisentoren des Polizeipräsidiums in Delitzsch/Sachsen, um die politischen Gefangenen zu befreien als die ersten Schüsse fielen und hinter der flüchtenden Menge 4 Tote auf der Straße liegen blieben.
Von diesem Tag an waren wir die „Feinde des Volkes“, subversive Objekte,“ „Neonazis“ und vieles andere aus dem Jargon der „Aggitations- und Propaganda“ Maschine der DDR, zu der ja auch unsere hochgelobte Kanzlerin gehörte.

Wir besuchten von da an nur noch in der Dämmerung die Junge Christengemeinde, bis auch unser Pastor, Dr. Werner, von den Kommunisten abgeführt und eingesperrt wurde, weil er die „Jungen Pioniere“ christlich „verführte“.
Wir haben ihn nie wieder gesehen.

Von da an hatte ich nur noch einen Wunsch, weg von diesem SED-Lügensystem, einer Vereinigung aus Sozialdemokraten und Kommunisten-SED, die das Volk unterdrückten und ausbeuteten, während sie selber in Saus und Braus eine atheistische Bonzendiktatur aufgebaut hatten.

Warum ist die heilige Hildegard heute so aktuell?

Die Heilige Hildegard, seit 2012 Doktorin der Universalen Weltkirche, war das größte Universalgenie des deutschen Mittelalters.
Wegen der einzigartigen Visionen vom Beginn der Schöpfung bis zum Ende der Zeiten, überragt das bahnbrechende Werk der großen Heilkundigen, Theologin, Künstlerin, Musikerin, Kosmologin und Prophetin ausnahmslos alle Universalgelehrten, Mystiker und Mystikerinnen des europäischen Mittelalters: Albertus Magnus, Meister Eckhart, Mechthild von Magdeburg, Thomas von Aquin und selbst den großen italienischen Dichter und Denker Dante Alighieri.
Bereits in ihrem ersten spirituellen Buch „Wisse die Wege des Herrn" Scivias beschreibt sie in der 11. Visio des 3. Kapitels fünf wilde Tiere, die fünf Zeitalter nach ihrem Tod symbolisieren und durch folgende gesellschaftspolitische Eigenschaften gekennzeichnet sind:

1. **Zeitalter der Ungerechtigkeit**
   „Wie unter gierigen Wölfen müssen die Menschen leiden, da, wo Ärzte sein sollten, sind keine zu finden... sie, die Ärzte sein sollten, sind es nicht!"

2. **Zeitalter des Krieges**
   „Harte und grausame Kriege, die zahlreiche Menschen dahinmorden und viele Städte dem Erdboden gleichmachen.
   Dann wird sie der Ekel an den Kriegen überkommen und ein großes Friedensreich ausbrechen."

3. **Ein Zeitalter des Luxus und des Überflusses**
   „Zeit voller Ausgelassenheit, Prahlsucht, perverse Vergnügen und Angeberei... Sie werden am Überfluss der Güter ersticken und der Frieden wird verloren gehen."

4. **Zeitalter des Antichristen**
   Die globale Raubtier-Elite versucht mit allen Mitteln soviel wie möglich auf Kosten aller anderen an sich zu reißen. (The great Reset).
   Die Brutalität kennt keine Grenzen, es ist die „Hölle auf Erden."

„Die Liebe unter den Menschen wird erlöschen und anstatt Bitterkeit und Brutalität aufkommen... Der Antichrist wird magische Künste und Zaubereien vollbringen."

Wenn die Liebe unter den Menschen erlischt, verliert die menschliche Seele ihre 35 göttlichen Charaktereigenschaften, von der Kunst des Menschen zu lieben und geliebt zu werden Nr. 1 bis zur Freude am Leben Nr. 35 und verwandelt sich in ein brutales Ungeheuer mit 35 psychopathischen, stressauslösenden Charaktereigenschaften einer Macht und Geldger Elite.

Rezept des Monats - Sofia's Fenchel Pizza

Rezept für zwei Personen:
1/2 Tasse Joghurt
1 Tasse Dinkelmehl Typ 630
1 EL Backpulver
3 EL Milch
2 1/2 EL Sonnenblumenöl
1 1/2 TL Salz
Tomatensauce ohne Tomaten
100g Pilze
1 Fenchelknolle, zuvor butterweich gekocht
50 g Gouda Käse gerieben
6-8 Thymianblätter
2 geschnittene Knoblauchzehen
1/2 Zwiebel gewürfelt

Ofen auf 210°C vorheizen. Mische und knete einen Teig mit Mehl, Joghurt, Backpulver, Milch, Sonnenblumenöl, Salz und Knoblauch.

Den Teig auf einer bemehlten Oberfläche ausrollen und in viereckige oder runde Pizzapfanne geben. Alternativ auch Backpapier verwenden.
Den Teig mit einer Gabel mehrmals anstechen. Tomatensauce über den Teig verteilen. Pilze und Fenchel waschen, klein schneiden und über den Tomaten verteilen.

Mit Salz und Kräutern würzen und geriebenen Gouda und Zwiebeln darüber

verteilen. Einen halben EL Sonnenblumenöl über das Ganze tropfen.
Die Pizza 25 – 30 Minuten auf mittlerer Schiene im Ofen backen. Mit Thymian dekorieren und servieren.

Gewürze fluten das Gehirn mit Endomorphinen, die die Stimmung aufhellen, den Fettstoffwechsel anregen und Fett verbrennen.

Tomatensauce ohne Tomaten

Zutaten
2 große Zwiebeln
1 EL Butter
125 ml Rotwein
4 kleine Rote Beete, gekocht
4-6 mittelgroße Karotten
250 ml Gemüsebrühe
1 TL Oregano, Salz, Galgant, Quendel, Pfeffer
2 EL Rotweinessig

Zubereitung
Gehackte Zwiebeln in Butter andünsten, Oregano zugeben, etwas mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen. Rote Beete und Karotten klein schneiden und zugeben, mit der Gemüsebrühe auffüllen und bei mittlerer Hitze ca. 15-20 Minuten köcheln. Etwas abkühlen lassen und mit dem Stabmixer pürieren. Mit Gewürzen und Rotweinessig abschmecken.

Hinweis in eigener Sache - Wir bitten um Beachtung:

Liebe Mitglieder des Förderkreises Hildegard von Bingen,

Wir möchten unsere Mitglieder aus dem Ausland bitten, den Mitgliedsbeitrag für 2023 in Höhe von 40,00 EUR - falls noch nicht geschehen - zu überweisen. Dies gilt auch für die Mitglieder, die nicht am Lastschriftverfahren teilnehmen.

Bitte geben Sie uns rechtzeitig per Mail (Foerderkreis-Hildegard@t-online.de) Bescheid, falls sich Ihre Bankverbindung geändert hat, damit dem Förderkreis keine zusätzlichen Kosten für Rückläufer beim Abbuchen der Mitgliedsbeiträge entstehen.

Herzlichen Dank.

Unterstützen Sie uns und werden Mitglied:

Förderkreis Hildegard von Bingen
Strandweg 1 • 78476 Allensbach
Tel.: +49 (0)7533 7433

MITTEILUNG AN ALLE MITGLIEDER! VERANSTALTUNGEN 2023

VORTRÄGE

Heilpraktikertag am Bodensee am 07.10.2023 in Überlingen

Thema: **Wie der Charakter die Gesundheit beeinflusst**

Info unter: www.fdh-bw.de
info@fdh-bw.de

1. Internationaler Hildegard-von-Bingen-Kongress in Italien am 27.-29.10.2023

in Nals, Südtirol, im Haus der Vereine

Thema: **„Krebs-Behandlung nach neuesten Erkenntnissen der Hildegard-Heilkunde“**

Info unter: https://www.santa-ildegarda-di-bingen.it/it/associazione/attivit%C3%A1/article-congresso-internazionale/

VERANSTALTUNGEN 2024

13. Internationaler Hildegard- Kongress am 04. + 05. Oktober 2024

im Konzil in Konstanz

Thema: **Die Liebe überflutet das All**

ADERLASS-TERMINE für 2023:

31.08. bis 05.09.2023	30.09. bis 05.10.2023
30.10. bis 03.11.2023	28.11. bis 02.12.2023

Änderungen vorbehalten!!!

Ausführliche Informationen finden Sie auch unter:
www.st-hildegard.com

Besuchen Sie uns auch auf **www.hildegard-universum.de**
oder www.virita.de

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt als außerordentliches Mitglied zum Förderkreis Hildegard von Bingen e. V., Sitz Konstanz, Strandweg 1, D-78476 Allensbach.
Der Mitgliedsbeitrag beträgt pro Kalenderjahr € 40,- und wird jährlich über SEPA-Lastschriftmandat eingezogen.

Die Mitgliedschaft verlängert sich jährlich, sofern sie nicht bis 6 Wochen vor Jahresende schriftlich gekündigt wird.

Name, Vorname _____

Straße / Nr. _____ PLZ / Wohnort _____

Land _____ Beruf _____

Telefon/Fax _____ E-mail _____

Ort, Datum, Unterschrift _____

SEPA-Lastschriftsmandat
Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 75 ZZZ0 0000 7015 78
Mandatsreferenz: Mitgliedsnummer (wird separat mitgeteilt). Ich ermächtige den Förderkreis Hildegard von Bingen e. V. die jährlichen Mitgliedsbeiträge von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Förderkreis auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen. Zahlungsart: Wiederkehrende Zahlung.

Vor- und Nachname (Kontoinhaber) _____

PLZ / Wohnort _____

IBAN _____ BIC _____

Ort, Datum _____ Unterschrift _____

Förderkreis
Hildegard von Bingen
Sitz Konstanz am Bodensee e. V.
Strandweg 1

D-78476 Allensbach