



Helpen mit Herz spezial: Meditation hilft heilen

„Und plötzlich weist du, es ist Zeit, etwas Neues zu beginnen und dem Zauber des Anfang zu vertrauen“ *Meister Eckhart*

**7 x Montag, 18:30 – 20:50, Pfarrezentrum Bruder Klaus,
Blauer Saal, Aebistrasse 86, 2003 Biel**

Block 1: 1./8./15./22.02.2021 (Besuch von Block 2 nicht Bedingung)

Block 2: 31.05.; 07./14.06.2021 (Besuch von Block 1 Bedingung)



katholisch biel/bienne catholique
pastoralraum biel-pieterlen
fachstelle bildung

Anhand der sieben klassischen Energiefelder werden die hauptsächlichen
Lebensthemen in einer wertschätzenden Gruppe meditativ und reflexiv
angegangen: erkennen, würdigen, gefangene Ressourcen befreien.

- Anfänge, Sicherheit, Halt, Kraft, gesunde Wurzeln
- Lebensfreude und -lust, Kreativität, Selbsterlaubnis
- Selbstermächtigung, Willenskräfte, Zielausrichtung
- Beziehungen, Herzensanliegen, Lebenssinn
- Kommunikation, Mit-teilen, innen-aussen
- Intuition, innere Weisheit, Erkennen
- Inspiration, Übergänge, Abschiede, Transzendenz

Entwicklung verläuft spiralförmig: bei jedem Durchgang wird die Bewusstheit
höher und die Integration tiefer. So kannst du auch ändern immer besser helfen
bei der Integration ihrer Lebensthemen. Auch das *Wie* üben wir.

Die Kursreihe **Helfen mit Herz** arbeitet mit neuen, ganzheitlichen Lehr-
methoden; das bewirkt ein intensives, jedoch entspanntes Lernen. Wer
Helfen mit Herz besucht, hat (pro Block) ein persönliches Unterstützungs-
gespräch mit der Kursleitung zugute.

Leitung

Rébecca Kunz, Biologin/Therapeutin

Kosten

Für Freiwillige, die willens sind, sich auf Anfrage mindestens 2 x jährlich im
Pastoralraum Biel-Pieterlen zu engagieren, ohne Kosten. Übrige: es wird
für die sieben Abende ein Anteil von total Fr. 140.- erhoben.

Info und Anmeldung bis 15.01.2021

Rébecca Kunz, rebecca.kunz@kathbielbienne.ch

Veranstalter

Pastoralraum Biel-Pieterlen
