

Resonanz und Empathie



Kurs am Montag, 12. Oktober 2026
13:15 – 16:45

Blauer Saal im Pfarreizentrum Bruder Klaus, Aebistrasse 86, Biel.
Türöffnung ab 13:00; pünktlicher Beginn.

Leitung: Rébecca Kunz

Anmeldungen bis 5. Oktober an: Barbara Maier, Sekretariat BK,
barbara.maier@kathbielbienne.ch oder 032 366 65 99.

➔ Details siehe Rückseite

- *Was ist unbewusste und was bewusste Resonanz?*
- *Welche Resonanzen nähren uns?*
- *In welche Fallen tappen wir mehr als uns lieb ist?*
- *Was hat echte, hilfreiche Empathie mit Präsenz zu tun?*
- *Welche Rolle spielen dabei Selbstempathie, also das Selbsteinfühlungsvermögen inkl. Körperwahrnehmung?*

In diesem Themenfeld gibt es viele Unklarheiten. Daraus können Schwierigkeiten im Leben entstehen. Das ist das eine. Das andere ist: Unsere Schwingungs- oder Resonanzfähigkeit ist eine echte Ressource, die wir nutzen können! Echte Empathie bewegt sich jenseits von Projektion und Mitleid: Auch wenn sie in uns einen Empathieschmerz hervorrufen kann, ist Empathie im besten Fall ein Mitschwingen, ohne dass das Du mit dem Ich verwechselt wird.

Mit: Input, Austausch, Üben, Meditationen (im Sitzen)

Info: Rébecca Kunz, rebeccakunz@gmx.ch, 031 972 33 11
www.heilender-raum.ch

Kosten: Der Anlass wird für Menschen, die sich mindestens 2 x jährlich im Pastoralraum der kath. Kirche Biel freiwillig engagieren, als Weiterbildung anerkannt und die Kosten werden übernommen. Für alle anderen betragen die Kosten CHF 50.- Dies bei der Anmeldung auf dem Sekretariat mitteilen (032 366 65 99) und Geld in bar zum Workshop mitbringen. *Die Kursteilnahme soll nicht an den Kosten scheitern. Bitte auf dem Sekretariat BK um einen Preisnachlass fragen.*