

Wann:

Donnerstag, 12. November 2026 (Anreise bis 18:30 Uhr)
bis Sonntag, 15.11.2026 (15.30 h)

Wo: 3957 Erschmatt, Oberdorf 35

(Mit dem Zug bis Leuk und Postauto nach Erschmatt)

Kosten:

Seminar CHF 480.-

Unterkunft/Vollpension CHF 265.- im Doppelzimmer
bzw. CHF 360.- im Einzelzimmer

Kursleitung und Anmeldung:

Colette Grünbaum, Tel. 079 743 36 80

office@gruenbaum.ch, www.gruenbaum.ch

Margrit Hardegger, Tel. 079 647 58 09

info@frei-leben.ch, www.frei-leben.ch



Colette Grünbaum

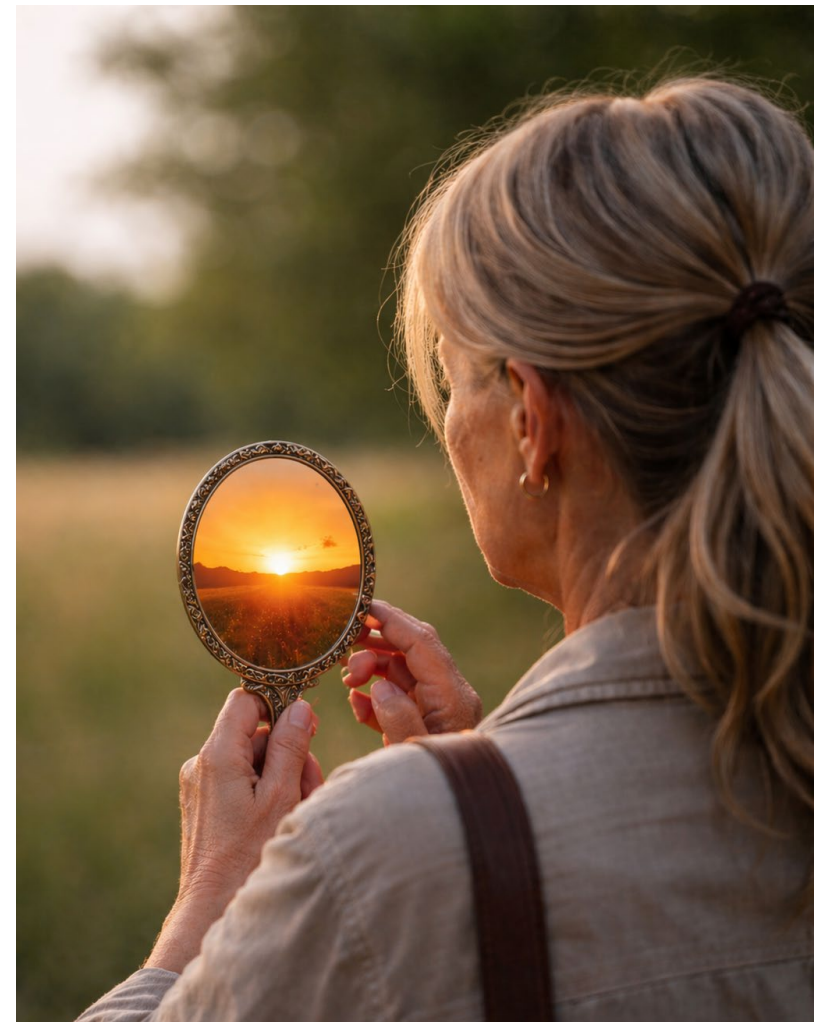


Margrit Hardegger

Seit 30 Jahren Begleitung mit diversen Therapieformen: Atemtherapie, Systemische Paar- und Familientherapie, der Tipping Methode der Radikalen Vergebung. Von BKI (Byron Katie International) zertifizierte Begleiterin für „The Work of Byron Katie“ seit 2008.

Seit 1992 selbständig tätig als Begleiterin, Coach und Seminarleiterin. Mit The Work of Byron Katie, Rebirthing, Medialität, MET, Radikaler Vergebung. Vom Verband für The Work (vtw) anerkannter Coach für „The Work of Byron Katie“

„Die Dyadenarbeit ist aus unserer Erfahrung nebst The Work die tiefgehendste und klärendste Arbeit mit sich selbst.“
C.G. und M.H.



Begegnung in Wahrheit

12. - 15. November 2026

Colette Grünbaum & Margrit Hardegger
Erschmatt, Wallis

Ein Retreat zur Selbsterfahrung

Tauche ein in einen intensiven Prozess der Selbsterkenntnis und Klarheit!

In unserem Retreat „Begegnung in Wahrheit“ erforscht du in Dyaden – einer kontemplativen Kommunikationsmethode – deine eigene Wahrheit.

In wechselnden Gesprächsparen stellst du dir die Frage: **„Wer bin ich?“** und lässt dich von den Antworten aus deinem Innersten überraschen.



Spaziergänge in der Natur, Meditationen, Bewegung und Atemübungen begleiten und vertiefen diesen Prozess.

Was erwartet dich?

- Drei Tage intensive Selbsterfahrung in sicherem Rahmen
- Raum für tiefgreifende Erkenntnis
- Zeit in Stille
- Dyadenarbeit nach Charles Berner – inspiriert vom «Enlightenment Intensive»
- Ergänzende Aktivitäten: Natur, Bewegung, Meditation, Atem

Für wen?

Für eigenverantwortliche Menschen, die mehr Klarheit über sich und die Welt gewinnen möchten und bereit sind, sich auf einen intensiven, tiefgehenden Prozess einzulassen.

Es gibt nur eine beschränkte Anzahl Plätze. Wenn du dabei sein möchtest, melde dich zeitnah an.

Wir freuen uns, wenn du mit dabei bist.