



Wanderretreat zum Herbstbeginn

Ver.lust - wenn die Lust vergeht

25.-27. September 2026, im Pilgerhaus – Niederrickenbach NW auf 1163 m.ü.M.

Verlust und **Veränderung** lösen in uns **Trauer**, manchmal auch **Angst** und **Wut** aus. Ob Job, Status, Besitz, Identität, geliebte Menschen oder Tiere – wir halten fest, was uns **lieb** und **wichtig** ist. Die Vorstellung, etwas zu verlieren, **verunsichert** uns, lässt **Leere** erzeugen. Doch dieses Festhalten kostet Energie und blockiert oft den nächsten, kraftvollen und **heilenden Schritt**.

Trotz aller Anstrengung lässt sich **Wandel** nicht aufhalten. Er kann uns **aus der Bahn** werfen, wie auch uns dazu bewegen, **Schutz** oder Momente der **Stille** zu suchen. Wer ihn bewusst wahrnimmt, kann ihn gestalten. Wer ihn annimmt, wächst über sich hinaus und findet **Frieden**.

Dieses Wanderseminar lässt dich:

- Deine Denkmuster und emotionalen Reaktionen auf Verlust und Veränderung erkennen
- Die Bedeutung von Verlust anhand deines Wertesystems verstehen und neu deuten
- Angst und Trauer lindern und in Heilung verwandeln
- Dich mit der Vergangenheit versöhnen
- Dein inneres Feuer neu entfachen
- Durch Naturrituale den Zyklus von Kommen und Gehen annehmen
- Scham- und Schuldgefühle als wandelbare, menschliche Begleiter wahrnehmen
- Stress und Schmerz bewusst beeinflussen und reduzieren

Dauer: Fr. 25.09.2026 um 16 Uhr – So. 27.09.2026 um 16 Uhr im Pilgerhaus, Niederrickenbach NW
Das Retreat findet im Seminarraum und wandernd in der Natur statt. Keine Vorkenntnisse nötig.

Im Gepäck: Matte u/o Decke, passende Kleider für drinnen und draussen, Persönliches, Notizmaterial

Kursgebühr: CHF 580, ab 6 Personen CHF 460, wird als Weiterbildung verrechnet

Inkludiert: Organisation, Durchführung, Begleitung und Spesen der Kursleitung

Exkludiert: Transfers, Kost und Logis

Zimmer: Doppel- und Einzelzimmer sind für dich vorreserviert, bitte direkt beim [Pilgerhaus](#) buchen

Anmeldung: in schriftlicher Form an lara@laramandioni.ch bis am 24. August 2026

Gerne gebe ich dir telefonische Auskunft über deine Fragen und Anliegen – 079 253 56 86



laramandioni