

Frühling – Licht – Retreat

Gelebte Achtsamkeit in der Praxis der Stille

Freitag 17. März bis Sonntag 19. März 2023



„Weil der Himmel und die Erde uns braucht, „ wendet sich die Blume der Sonne zu, so wie das Licht sich uns zuwendet und umarmt.

Wir öffnen unsere Seele, unser Herz, unseren Geist und Verstand, unseren Körper dem Licht. Mit jedem Atemzug wollen wir uns und „unsere Welt“ Erkennen, Verstehen und Lieben. Das äußere Licht mit unserem innen Licht verbinden - zur Lichtquelle selbst werden. Sie sind ein Wesen aus Licht (Pir Vilayat) – wir erinnern was wir wirklich sind. Dies ist der Beginn einer großen Veränderung. In diesem Geiste werden wir gemeinsam praktizieren.

Ein Retreat ist eine Pilgerreise.

Wir bieten unserer Seele diese Reise durch die verschiedenen inneren Landschaften an. Aufmerksamkeit, Achtsamkeit und Lichtübungen werden unser Kompass sein.

Anmeldung und Info bei Petra Parvati Pfeleiderer

74076 Heilbronn, im Breitenloch 17

Tel: 07131 / 257 417 E-Mail: petrapfeleiderer@web.de

Frühlings – Retreat

vom Freitag 17.März bis Sonntag 19.März 2023

Wenn wir uns wieder mit der inneren Quelle verbinden, entdecken wir neue Perspektiven für viele Themen und Hindernisse.
Stille und Achtsamkeit sind Schlüssel neue Dimensionen unseres Selbst zu erfahren.

Stille und Achtsamkeit

| | | |
|-------------------|---|-----------------------|
| Freitag: 17. März | Beginn: | 17:00 – 18:00 Uhr |
| | Abend: | 20:00 – ca. 21:15 Uhr |
| Samstag: 18. März | Früh: | 7:00 – 8:00 Uhr |
| | Vormittag: | 10:00 – ca. 12:00 Uhr |
| | Zeit für eigene Meditation und Reflektion | |
| | Spätnachmittag: | 16:00 – ca. 18:00 Uhr |
| | Abend: | 20:00 – ca. 21:00 Uhr |
| Sonntag: 19. März | Früh: | 7:00 – 8:00 Uhr |
| | Vormittag: | 10:00 – ca. 12:00 Uhr |

Die Tage beinhalten:

- Stilles und angeleitetes Sitzen, Musik
- Texte aus unterschiedlichen Traditionen
- Teachings (Anleitungen) und Gebet
- Sitz-, Geh-, Sitzmeditation

Offen für alle Interessierte, die sich nach Licht auf allen Ebenen sehnen, verbunden mit Selbst-Erinnern, Sammlung, Konzentration, Kontemplation und Meditation.

Art des Retreats:

Du nimmst am gesamten Retreat-Ablauf teil;
bzw. Du hast einen festen Platz und kommst so oft es dir möglich ist.

Im Meditationsraum werden wir während des gesamten Retreats Stille halten; und jede(r) kann sich in den Pausen in dem Raum aufhalten / in dem Raum weiterpraktizieren.

Der Garten und das Erdgeschoss stehen zur freien Verfügung.

Unterbringung und Verpflegung sind im Yogahaus möglich.

Kosten: Retreat 17.-19.März: 200.- bis 250.- € (je nach Selbsteinschätzung)

Wir laden dich herzlich zu einer Zeit der Stille und des Rückzugs ein
und freuen uns auf dich

Anmeldung und Infos bei Petra Parvati Pfeleiderer

Tel: 07131/257417

74076 Heilbronn, im Breitenloch 17

E-Mail: petrapfeleiderer@web.de