

# Frühling – Licht – Retreat

## Gelebte Achtsamkeit in der Praxis der Stille

Freitag 16. Mai bis Sonntag 18. Mai 2025



Let me grow in Thy Garden... lass mich in deinem Garten wachsen, wie eine kostbare Pflanze.... Wir wollen alle wachsen in deinem Garten der Liebe, der Weite, des Lichts - nahe kommen Zu Dir - in die Herrlichkeit. Du brauchst Frieden und Glückseligkeit nicht herstellen. Sie sind deine wahre Natur. Sie bleiben übrig, wenn du alles aufgibst, was dich leiden lässt. Aber warum leiden wir trotzdem immer wieder? Vairaghya- ununterbrochenes Üben, Reinigung, Achtsamkeit, Mitgefühl und immer weniger Anhaftung - all das lässt unsere Potenzial mehr und mehr wachsen, aufleuchten und sich verwirklichen in dieser Welt.

Dem wollen wir Schritt für Schritt, / Atemzug für Atemzug folgen, gütiger, weiser, klarer, mitfühlender und vollständiger werden.

Voller Vertrauen muss man diese innere Windungen durchwandern, denn immer wieder ganz unerwartet tauchen " die Dornen der Rose" auf, die inneren Naturgewalten, die Maras, die Hindernisse.

Bin ich dieses dunkle Tal in mir durchwandert, sitze ich in der behaglichen, warmen Stille meines ruhigen Herzens und ruhiges Geistes dann weiß ich: Alles ist in mir - ich bin in allem. Ich bin in Gott - Gott ist in mir. Wir sind Eins. Alles was ich suche, trage ich bereits in mir. Meine Seele ist angekommen. Dann werden wir still - und laden ein, dass die Seele direkt zu uns spricht.

**Anmeldung und Info bei Petra Parvati Pfeleiderer**

74076 Heilbronn, im Breitenloch 17

Tel: 07131 / 257 417 E-Mail: [petrapfeleiderer@web.de](mailto:petrapfeleiderer@web.de)

# Frühlings – Retreat

**vom Freitag 16. bis Sonntag 18. Mai 2025**

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: 16. Mai	Beginn:	17:00 – 18:00 Uhr
	Abend:	20:00 – ca. 21:00Uhr
Samstag: 17. Mai	Früh:	7:00 – 8:00 Uhr
	Vormittag:	9:00 – ca. 12:00 Uhr
	Zeit für eigene Meditation und Reflektion	
	Spätnachmittag:	16:00 – ca. 18:00 Uhr
	Abend:	19:30 – ca. 20:15 Uhr
Sonntag: 18.Mai	Früh:	7:00 – 8:00 Uhr
	Vormittag:	9:00 – 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: 250.- € (Ermäßigung möglich)  
Verpflegung und Unterkunft: 100.- €

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](mailto:petrapfeleiderer@web.de)