

# Einladung zu den Meditationseinheiten per live Audio Stream 2017

## Siddha Yoga Meditation Meditationseinheiten per live Audio Stream 2017

Liebe Suchende,

es wird demnächst eine neue Reihe von Siddha Yoga Meditationseinheiten geben, die euer Studieren und Üben von Gurumayis Botschaft für das Jahr 2017 bereichern werden.

Wenn ihr an diesen Einheiten teilnehmt, werdet ihr entdecken, dass euer eigener Atem eines der stärksten und zugänglichsten Mittel ist, um in der Meditation ins *Herz* zu gelangen. Der Titel für die erste Einheit dieser Reihe lautet:

### *Raum schaffen für den Fluss des Atems*

In dieser Einheit lernt ihr Möglichkeiten kennen, wie ihr den Körper auf die Meditation vorbereiten könnt. Das hilft euch dabei, die Kraft des tiefen und entspannten Atems zu erleben, der den Geist still werden und im *Herzen* zur Ruhe kommen lässt.

Diese Einheit kommt als live Audio Stream aus dem Siddha Yoga Ashram in Mexico City und findet am Sonntag, den 26. März, um 16.00 Uhr MESZ statt.

Für weitere Informationen **hier anklicken**.

Ich empfehle euch, in den nächsten sechs Monaten an dieser fortlaufenden Reihe von

Meditationseinheiten teilzunehmen. Sie bieten eine Möglichkeit, eure *sadhana* zu stärken und Gurumayis Aufforderung anzunehmen, sich ihre Botschaft zu eigen zu machen.

Herzliche Grüße,

Pedro Sá Moraes

Siddha Yoga Meditationslehrer

© 2017 SYDA Foundation®. Alle Rechte vorbehalten.

GURUMAYI und SIDDHA YOGA sind eingetragene Marken der SYDA Foundation®