

2017年のライブ音声配信による瞑想講座への招待

シッダ・ヨーガ瞑想

2017年のライブ音声配信による瞑想講座

探究者の皆さん

新しいシリーズのシッダ・ヨーガ瞑想講座は、あなたの2017年のグルマリーのメッセージの学びと実践を豊かにするために、間もなく参加できるようになります。

これらの講座に参加することで、あなたは自分自身の呼吸が、どのように瞑想の中で心に入るための最も強力で、すぐ使える方法のうちの一つであるかを発見するでしょう。シリーズの最初の講座の表題は、

「呼吸が流れるための空間を作る」です。

この講座では、瞑想のための体を準備する方法を学びます。これは、あなたのマインドを静め、それを心の中で休ませるための、深くて楽な呼吸の力を体験する助けとなるでしょう。

この講座は、3月26日(日)午前10時(アメリカ合衆国東部夏時間)に、メキシコシティのシッダ・ヨーガ・アーシュラムからライブで音声配信されます。

詳細については、[ここをクリックしてください](#)。

あなたのサーダナーを強化し、グルマーイのメッセージをあなた自身のものにするという彼女の招待を受け入れる方法として、これから6カ月続くこの一連の瞑想講座に参加することをお勧めします。

心を込めて

ペドロ・サ・モラエス

シッダ・ヨーガ瞑想ティーチャー

©2017 SYDA Foundation® 著作権所有。

グルマーイとシッダ・ヨーガは SYDA Foundation®の登録商標です。