

Invitación a las sesiones de meditación por audio en vivo 2017

Meditación Siddha Yoga

Sesiones de meditación transmitidas por audio en vivo 2017

Estimado buscador:

En breve, una nueva serie de sesiones de meditación estará disponible para enriquecer tu estudio y práctica del Mensaje de Gurumayi para 2017.

Al participar en estas sesiones, descubrirás cómo tu respiración es uno de los medios más poderosos y accesibles para entrar al Corazón en meditación. El título de la primera sesión de la serie es:

Crea espacio para que la respiración fluya

En esta sesión, aprenderás formas de preparar tu cuerpo para meditar. Esto te permitirá experimentar el poder de una respiración profunda y natural para aquietar la mente y llevarla a reposar en el Corazón.

Esta sesión se transmitirá por audio en vivo desde el Áshram de Siddha Yoga en la Ciudad de México, el domingo 26 de marzo, a las 10:00 a.m., hora de Nueva York.

Para más información, haz clic [aquí](#).

Te animo a participar en esta serie de sesiones de meditación durante los siguientes seis meses, como un medio para fortalecer tu *sádhana* y abrazar la invitación de Gurumayi de hacer tuyo su Mensaje.

Saludos cordiales,

Pedro Sá Moraes
Profesor de Meditación Siddha Yoga