

# Ensinamentos do livro de Baba Muktananda

## *Medite*

Medite com a consciência de que você é a testemunha da mente.

~ Swami Muktananda



© 2022 SYDA Foundation®. Todos os direitos reservados.

Swami Muktananda, *Medite*, 3ª ed. (Rio de Janeiro, Siddha Yoga Dham Brasil, 2010), p. 40.