

# Siddha Yoga Meditation

## Meditationseinheiten per live Audiostream 2019

Liebe Siddha Yogis,

um uns beim Erkunden von Gurumayis Botschaft für das Jahr 2019 zu helfen, hat Gurumayi uns besondere Anleitungen für eine neue Reihe monatlicher Meditationseinheiten gegeben, die über live Audiostream auf der Siddha Yoga Path Website übertragen werden.

Gurumayi hat jeder dieser Einheiten sowohl einen Titel als auch eine Lehre gegeben, um euch anzuleiten, wie ihr ihre Botschaft auf eure Übung der Siddha Yoga Meditation anwenden könnt.

Ich lade euch herzlich zur Teilnahme an dieser neuen Reihe ein, die in diesem Jahr im Monat Januar beginnt und bis September dauert. Die Einheiten werden von Siddha Yoga Swamis und anderen erfahrenen Siddha Yoga Meditationslehrern und Meditationslehrerinnen geleitet.

Der Titel, den Gurumayi der ersten Einheit gegeben hat, lautet.

*Entdecke das Geflecht des Geistes*

In dieser Einheit, bei der ich der Lehrer bin, werdet ihr etwas über das Wesen des Geistes lernen. Ihr werdet auch die Mittel anwenden, die Gurumayi jedem von uns in ihrer Botschaft gegeben hat, um den Geist in seinem Ursprung zur Ruhe zu bringen.

Diese Einheit wird am Samstag, den 26. Januar, um 16.00 Uhr MEZ live aus dem Shree Muktananda Ashram übertragen. Im Anschluss an den live Audiostream gibt es jede monatliche Einheit als Webcast. Wenn ihr euch für eine Einheit angemeldet habt, habt

ihr das ganze Jahr über Zugang dazu – ihr könnt also daran teilnehmen, so oft ihr wollt. Ihr könnt dabei nicht nur auf den gesamten Webcast zurückgreifen, sondern auch auf einzelne Kapitel daraus – zum Beispiel die Erläuterung zu Gurumayis Lehre für die jeweilige Einheit oder die *dharana*, die euch in die Meditation führt.

Ihr könnt euch jetzt für Einheit 1 oder für die gesamte Reihe anmelden.

Ich wünsche euch ein überaus erfüllendes Jahr der Meditation, während ihr euch darein vertieft, Gurumayis Botschaft für das Jahr 2019 zu studieren und zu üben.

Herzliche Grüße,

Swami Vasudevananda  
Siddha Yoga Meditationslehrer

