

Meditação Siddha Yoga

Sessões de Meditação via Transmissão em Áudio ao Vivo - 2019

Queridos Siddha Yogues,

Para nos ajudar a explorar a Mensagem para 2019, Gurumayi nos deu orientações específicas para uma nova série de sessões mensais de Meditação Siddha Yoga, via transmissão em áudio ao vivo, pelo website do caminho de Siddha Yoga.

Gurumayi conferiu um título assim como destacou um ensinamento para orientar você ao aplicar a Mensagem à sua prática de Meditação Siddha Yoga.

Eu os convido calorosamente a participar desta nova série, que começará ainda neste mês de janeiro e continuará até setembro deste ano. As sessões serão conduzidas por Swamis e outros professores experientes de meditação Siddha Yoga.

O título que Gurumayi deu para a primeira sessão é

Descubra a Rede de Conexões da Mente

Nesta sessão, para a qual eu serei o instrutor, você aprenderá sobre a natureza da mente. Também colocará em prática os meios que Gurumayi nos deu em sua Mensagem para levar a mente de volta à sua origem e aí repousar.

Esta sessão será transmitida ao vivo do Ashram Shree Muktananda no sábado, dia 26 de janeiro, às 13:00 horas, horário de Brasília (10:00 am EST nos EUA). Após a transmissão do áudio ao vivo, cada uma das sessões mensais continuará disponível no website como uma transmissão gravada. Ao se inscrever para uma sessão, você ganha acesso a ela pelo ano todo. Assim você pode participar dela quantas vezes quiser. E poderá revisitar não só toda a transmissão gravada, mas também cada um de seus capítulos, como por exemplo, a apresentação dos ensinamentos de Gurumayi para a sessão ou a *dharana* que conduz à meditação.

As inscrições para a Sessão I, ou para a série completa, já estão abertas.

Desejo a todos um ano repleto de meditações ao mergulharem profundamente no estudo e na prática da Mensagem de Gurumayi para 2019.

Atenciosamente,

Swami Vasudevananda
Professor de Meditação Siddha Yoga.

