Meditación Siddha Yoga
Sesiones de meditación transmitidas en vivo por audio 2019

Querido Siddha Yogui:

Para apoyar nuestra exploración de su Mensaje para 2019, Gurumayi dio guía específica para una nueva serie de sesiones mensuales de meditación Siddha Yoga que serán transmitidas en vivo por audio, en el sitio web del sendero de Siddha Yoga.

Gurumayi dio un título así como una enseñanza para guiarte en la implementación de su Mensaje en tu práctica de la meditación Siddha Yoga.

De todo corazón te invito a participar en esta nueva serie de Sesiones de meditación Siddha Yoga, que iniciará en este mes de enero y continuará hasta septiembre. Las sesiones serán guiadas por los Swamis de Siddha Yoga y por otros profesores de Siddha Yoga con experiencia.

El título que Gurumayi dio a la primera sesión es:

Descubre la red de conexiones de la mente

En esta sesión, de la cual seré el profesor, aprenderás acerca de la naturaleza de la mente. También pondrás en práctica los medios que Gurumayi nos dio a cada uno en su Mensaje para llevar a la mente a reposar en su origen.

Esta sesión será transmitida en vivo desde el Áshram Shri Muktananda, el sábado 26 de enero a las 10:00 a. m. hora del este de los Estados Unidos. Después de la transmisión en vivo, cada una de las sesiones mensuales estará

disponible como retransmisión. Cuando te registres para una sesión, tendrás acceso a la misma durante todo un año, así que puedes participar en ella cuantas veces lo desees. Podrás volver a participar no solamente en la sesión completa, sino también separadamente en cada uno de sus capítulos, por ejemplo, en la presentación de la enseñanza de Gurumayi para la sesión, o en la dhárana que te lleva a la meditación.

Ya está abierto el registro para la Sesión I y para toda la serie.

Te deseo un año gratificante de meditación conforme vayas sumergiéndote en tu estudio y práctica del Mensaje de Gurumayi para 2019.

Cordialmente,
Swami Vasudevananda
Profesor de meditación Siddha Yoga

© 2019 SYDA Foundation®. Derechos reservados.