

# Calendário para “Engajar-se em *Shānta-rasa*”

No mês de dezembro, “Engajar-se em *Shanta-rasa*” — a série de seis *satsangs* Siddha Yoga — acontecerá na Sala Universal de Siddha Yoga. Nestes *satsangs*, aprenderemos sobre o poder das práticas de Siddha Yoga. Os dias e horários dos *satsangs* estão a seguir.

Estes *satsangs* acontecerão via transmissão ao vivo, em vídeo. Por favor, observe que nem o conteúdo escrito nem os vídeos destes *satsangs* serão disponibilizados depois das transmissões.

- *O Poder da Respiração*
  - Quarta-feira, 2 de dezembro, às 9:30 – 10:30 a.m. horário NY
  - (11h30 às 12h30 – horário de Brasília)
- *O Poder do Cantar*
  - Sábado, 5 de dezembro, às 10:00 às 11:00 a.m. horário NY
  - (12 às 13 horas, horário de Brasília)
- *O Poder da Meditação*
  - Quarta-feira, 9 de dezembro, às 5:30 – 6:30 p.m. horário NY
  - (19h30 às 20h30, horário de Brasília)
- *O Poder do Puja*
  - Sábado, 12 de dezembro, às 9:00 – 10:00 a.m. horário NY
  - (11 às 12 horas, horário de Brasília)
- *O Poder das Histórias*
  - Quarta-feira, 16 de dezembro, às 9:30 – 10:30 a.m. horário NY
  - (11h30 às 12h30 – horário de Brasília)
- *O Poder do Silêncio*
  - Sábado, 19 de dezembro, às 7:30 – 8:30 p.m. horário NY
  - (21h30 às 22h30 – horário de Brasília).

